



ENTREVISTA

Diretora do Boletim Cultural explica sucesso do volume 55 dedicado à Cidade

Página 12 e 13



| A 16 de junho

Três dezenas de homenageados no Dia da Cidade

Página 2



SOCIEDADE
Eventos
angariam
fundos para luta
contra o cancro

Páginas 10



VILA DO CONDE
A 17 de junho
Assembleia
Municipal escolhe
novo presidente

Página 21

ASSOCIATIVISMO

Nova Direção do Aguçadoura FC revela projeto e ambições

Página 15

CA Crédito Agrícola
O Banco nacional com pronúncia local

PUBLICIDADE 02/2024

CA SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO



Sem te preocupares com o valor do spread nos primeiros 2 anos

Para a tua nova casa são só 5 passos

Condições da Campanha: Crédito do valor global do juro correspondente ao valor do spread durante os primeiros dois anos do contrato, a depositar pelo totalidade numa conta DO aberta ou detida no CA, desde que no prazo mínimo de 36 meses contados a partir da data da celebração do mesmo não se efectue a sua liquidação total antecipada e se mantenham os produtos ou serviços contratados | Empréstimos até 300 mil euros, a taxa variável ou mista, aprovados pelo Crédito Agrícola durante o período da campanha e contratados até 120 dias após o seu termo | Consulta estas e outras condições no Regulamento da Campanha em www.creditagrícola.pt

Campanha válida para propostas aprovadas pelo CA entre 5 de Fevereiro e 29 de Março de 2024 e contratadas até 120 dias após o termo da campanha. Sujeito a decisão de risco de crédito.

Para mais informações: creditagrícola.pt

Caixa Central - Caixa Central de Crédito Agrícola Mútua, C.R.L., registado junto do Banco de Portugal sob o nº 9000 M.C.R.C de Lisboa e Pessoa Colectiva nº 501 464 301 Capital Social € 314 938 565,00 (variável) - Rua Castilho nº 233, 235 A, Lisboa.

Crédito Agrícola

Município da Póvoa de Varzim distingue 33 nomes no Dia da Cidade

A Câmara Municipal da Póvoa de Varzim vai promover 33 distinções, entre as quais empresas, associações e personalidades, a 16 de junho, no Dia da Cidade. Na cerimónia, que vai encerrar o ano de celebrações dos 50 anos de elevação a cidade da Póvoa, os distinguidos irão receber uma Medalha de Reconhecimento e diploma especiais, devido à efeméride



A proposta do presidente Aires Pereira foi aprovada por todo o executivo e anunciada aos jornalistas pelo edil. Serão distinguidas 19 empresas, quatro associações e 10 personalidades – algumas das quais já tinham sido adiantadas publicamente, como Ricardo Nunes, Lions Clube da Póvoa de Varzim e Associação de Futebol Popular (veja a lista completa na caixa).

“Este ano, o modelo da cerimónia do Dia da Cidade será um modelo substancialmente diferente, uma vez que se trata do encerramento dos 50 anos de elevação a cidade. Será um modelo que pretende distinguir empresas que constituem, pelo seu exemplo, formas de de-

envolver o nome da Póvoa de Varzim, e que são empresas criadoras de emprego, todas elas com mais de 25 anos. São para nós empresas de referência e que importa homenagear com esta Medalha de Reconhecimento Poveiro especial”, disse o autarca.

“Para além de empresas, temos também um conjunto de personalidades que nos merecem naturalmente uma enorme estima por aquilo que foi o seu trabalho e tem sido a sua dedicação ao concelho”, completou.

João Trocado, vereador do Partido Socialista, indicou que a proposta dos 33 nomes “mereceu a nossa concordância”. Apesar de existirem

certamente outras empresas, instituições e pessoas “que podem ser merecedoras de serem homenageadas”, o vereador lembrou que “a cidade vai continuar, e se não forem este ano, poderão ser para o ano”.

A cerimónia do Dia da Cidade está marcada para as 17 horas de dia 16 de junho, no Pavilhão Desportivo Municipal, e terá entrada livre, com mais lugares disponíveis em relação a anos anteriores, dada a restrição de lugares no Cine-Teatro Garrett. No final da cerimónia, decorrerá um concerto ao vivo pela artista Cuca Roseta.

Processo da providência cautelar do campo de tiro “voltou ao início”

Chegado ao Supremo Tribunal após vários recursos, o processo da providência cautelar interposta pela Associação do Campo de Tiro de Rates, que tinha sido decidido a favor do Município, voltou ao ponto inicial. A informação foi dada aos jornalistas pelo vereador João Trocado.

“O Supremo decidiu que não tinha sido feita prova suficiente na Primeira Instância”, pelo que “o processo regressou ao início”. “No fundo, acaba por contribuir para o facto, segundo o presidente, de ainda não termos uma solução para aquele equipamento”, que com a falta de uso “vai perdendo a sua importância”, atentou o vereador.

Adiantou João Trocado que, “segundo o presidente, há um casal que toma conta do campo de tiro e que o protege de uma agressão, no fundo, que haja alguém que vá lá danificar o campo. Enquanto não ficar definitivamente arrumada esta questão da providência cautelar, o presidente entende por bem que não deve agir sobre o campo de tiro. Não teria de ser assim, mas de qualquer forma o senhor presidente fechou-se nas intenções, como já

Os homenageados no Dia da Cidade

- Ortopóvoa – Clínica de Ortodontia e Reabilitação Orofacial;
- Agros – União das Cooperativas de Entre Douro e Minho e Trás-os-Montes;
- Tavares de Oliveira – Assesores e Consultores de Empresas, Lda.;
- Energie Est, Lda. – Energia Solar Termodinâmica;
- A Poveira – Fábrica de Conservas, SA;
- Craveiro Mobiliário, Lda.;
- Vidraria da Póvoa;
- Moldartpóvoa – Fábrica de Molduras e Quadros da Póvoa de Varzim;
- Pipe Masters – Serviços de Soldadura e Manutenção;
- Beltrajo – Loja de Roupas;
- Grupo CCR;
- PROF – Comércio de Calçado e Vestuário, SA;
- Grupo Bodegão;
- RDUZ – Gestão Global de Resíduos, SA;
- Grupo J. Gomes Pereira, Lda.;
- Agrozim;
- Carnes S. José;
- Grupo 31 de Janeiro e Aqueduto Eventos;
- Valentim José Luís & Filhos;
- Lions Clube da Póvoa de Varzim;
- Varazim Teatro – Associação Cultural;
- A Filantropia – Cooperativa de Cultura;
- Associação de Futebol Popular da Póvoa de Varzim;
- José Abel Nogueira Gonçalves Carriço;
- Adalberto Manuel da Fonseca Neiva de Oliveira;
- Joaquim António Maria Moreira Cancela;
- Carlos Pedro Santos de Azevedo;
- Raul António Igreja Peixoto Costa;
- Rui Manuel Anahory dos Santos;
- Mário Rui Bianchi Tedim Belchior Gouveia;
- Raquel Sofia Camarinha Rosa;
- Ricardo Jorge Novo Nunes;
- Sandra Maria Araújo de Amorim.



tinha feito antes, sobre o destino a dar àquele equipamento”.

De resto, no próximo dia 20, “haverá uma audiência”. “Vamos continuar a acompanhar este processo com o nosso interesse habitual”, apontou.

Contagem decrescente para as Festas de S. Pedro

O Salão Nobre da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim foi o lugar escolhido para a apresentação das Festas de S. Pedro deste ano. O programa vasto em iniciativas, arranca a 25 de junho e prolonga-se até 7 de julho



Luís Diamantino, vice-presidente da Câmara, lançou a grande novidade deste ano das festas, que a 30 de junho, a marginal da Póvoa de Varzim volta a ser palco do cortejo luminoso, mas este ano com carros alegóricos, um por cada bairro. “Houve uma associação que propôs que, no cortejo noturno, cada associação levasse o seu carro alegórico”, explicou o autarca ao divulgar que a sugestão foi aceite por toda a Comissão.

O autarca afirmou ainda que “esta festa é uma festa de um trabalho conjunto, um trabalho em rede” entre o município, os bairros e a comunidade.

As festas começam no dia 25 de junho, no Auditório da Lota com o S. Pedrinho da Pequena, às 10h00. No mesmo dia, às 22h, a cidade começa a ganhar cor e luz com a abertura da iluminação festiva. Depois, no dia 27 de junho, às 22h é chegado o momento de conhecer os tronos de cada bairro.

A noite de S. Pedro, a 28 de junho, conta como sempre com muita animação e sardinhas pelas ruas. Perto da meia-noite há o fogo de artifício piromusical.

Xutos e Pontapés no dia de S. Pedro

No dia de S. Pedro, 29 de junho, feriado municipal, para além da missa de S. Pedro, às 11h na

Igreja da Lapa, segue-se uma tarde com diversas atividades, entre elas, a arruada às 14h15, o concerto pela Banda Musical da Póvoa de Varzim e a Banda de Música de Morreira da Maia. Logo a seguir, às 16h, a cidade torna-se mais solene para receber a procissão de S. Pedro.

À noite, por volta das 22h, os Xutos e Pontapés & Pontapés atuam, no Largo Vasques Calafate, mesmo em frente ao Casino.

Os dias que se seguem estão envoltos em concertos e festa. Todos os dias da semana há mais atividades, entre espetáculos, arraiais e sardinhas.

No dia 5 de julho decorre a 2ª noite de S. Pedro, com animação e programação pensada por cada bairro. No início da madrugada, às 2h da manhã há fogo de artifício, em cada bairro.

O tão aguardado espetáculo das Rusgas, no Estádio do Varzim, acontece a 6 de julho, às 22h. No final, a festa termina com o espetáculo de fogo de artifício na Avenida dos Banhos.

No dia 7 de julho, às 10h realiza-se a Corrida de S. Pedro, na Marginal da Póvoa de Varzim, e à noite ao longo da marginal, com saída junto ao estádio do Varzim, terá lugar o cortejo luminoso, este ano e pela primeira vez com carros alegóricos.

A terminar, o vice-presidente reforçou que “esta festa é feita pelas pessoas e todos os que estão na rua fazem parte desta festa”.





LIC. AMI 4073

ImoLeite

Soc. Med. Imobiliária, Lda.

EXCLUSIVOS



MORADIA NOVA T4 PÓVOA LUXO

ÚNICA 4 Frentes
Super Equipada
Garagem Fechada
Lote c/ 655 m2
Possibilidade Piscina e Muito Mais

€ 615.000



MORADIA RIO MAU, VILA DO CONDE

Moradia Toda em Pedra p/ Restauro
Lote c/ 2.000 m2 c/ Possib.
Fazer Piscina, 2 Entradas de Acesso

BAIXA DE PREÇO | AGORA € 245.000



MORADIA T3 CENTRO PÓVOA

Junto Praia e Hospital
Moradia R/C e 1.º Andar
c/ Varanda, Lote c/ 332 m2

€ 330.000



T2+1 PÓVOA C/ TERRAÇO

Como Novo e Super Equipado
Garagem e Sala Cinema
Acabamentos de Luxo, Prédio Semi Novo R/C e 1.º Andar c/ Garagem e Jardim

€ 285.000



MORADIA T3 CENTRO PÓVOA

Junto Metro e Centro
Início Construção, Moradia
Super Equipado

DESDE € 375.000

www.imoleite.com

969 008 314 • 252 624 666

No fim de semana há Os Dias no Parque com mais área para convívio e diversão

Os Dias no Parque arrancam a 7 de junho, sexta-feira, e prometem trazer uma grande animação ao Parque da Cidade da Póvoa de Varzim até ao dia 10 de junho

Os artistas que fazem o cartaz deste ano já são conhecidos: no primeiro dia sobe ao palco Rosinha e a sua banda, enquanto no dia 8, a animação fica ao cargo de Fernando Daniel. Já no dia 9 vai ser possível ver e ouvir Carminho.

Para além destes nomes conhecidos da música portuguesa, na festa, também conhecida pelo encontro das associações do concelho, perto de uma centena, haverá ao longo dos quatro dias um segundo palco, este ano colocado novamente na zona central das tendas, mas na zona poente do corredor, ou seja, do lado contrário dos anos anteriores.

Por este segundo palco vão passar os artistas poveiros, que vão animar o evento, como também as academias de dança. DJ's, Banda de Música da Póvoa e ranchos folclóricos completam o cartaz. O recinto vai acolher, ainda, muitas

animações itinerantes.

No último dia durante a manhã, serão distinguidos nesse local, os atletas e equipas vencedoras dos planos de atletismo, BTT e ténis de mesa, enquanto na zona dos sintéticos serão entregues os troféus aos clubes vencedores da época 2023/2024 do Inter-Freguesias.

Festival com mais espaço

Este ano, e como já referido, as associações e os clubes poveiros voltam a ser também os protagonistas destes dias. Com a recente aquisição de mais terrenos no Parque da Cidade, a edilidade decidiu ampliar o espaço de convívio, na zona onde ficam as tendas das coletividades. Maior comunidade para receber ainda mais pessoas, é o propósito da Câmara e das agremiações. Espera-se agora também que o tempo e o S. Pedro ajude.



Recinto mais largo para albergar visitantes



MÁRIO BETTENCOURT SARDINHA

Mal o calendário muda de folha a Portugal vai eleger 21 deputados dos 720 que constituirão o Parlamento da União Europeia, que conjuntamente com o Conselho aprova a legislação, normalmente sob proposta da Comissão. Concorrem duas coligações, AD, CDU e 15 partidos, que no final integrarão um dos 8 grupos políticos europeus, conforme a sua ideologia, e que seguirão as agendas ideológicas, filosóficas e programáticas próprias desse grupo. É o caso da AD que ficará no PPE, o PS no P&E - os maiores, mais importantes e mais influentes -, o Chega no ID que integra partidos da extrema-direita, alguns defensores de Putin, que são antissistema, como o da francesa Le Pen.

A AD apresenta como cabeça de lista Sebastião Bugalho, comentador político, que tem estado muito ativo, o PS Marta Temido, antiga ministra da saúde, com muita "alma", o Chega Tânger Correia, antigo embaixador, um pouco "desenquadrado", o IL, o BE e a CDU apostam nos antigos líderes parlamentares Cotrim de Figueiredo, ponderado, Catarina Martins muito enérgica, João Oliveira voluntarioso, o Livre tem Francisco Paupério e o PAN Fidalgo Marques, discretos.

Numa União Europeia que ainda não se cumpriu totalmente - pelo contrário, está ameaçada, "minada" - os debates televisivos foram bem conduzidos e os candidatos estiveram bem; civilizados, esclarecidos e esclarecedores dos seus programas, dos seus posicionamentos. Também na rua, já em plena campanha, em contacto e em diálogo com as populações, continuaram bem. Mas agora, acompanhados dos líderes, houve picardias, e acusações políticas.

Após convite, candidatos à Presidência da Comissão Europeia, Nicolas Schmit esteve no

MAIS/Opinião

DEVER-NOS-EMOS "OBRIGAR" A VOTAR

sábado em campanha com o PS no Porto, onde aludiu aos acordos do PPE com a extrema-direita serem um risco e, Ursula von der Leyen também virá amanhã ao Porto, para se juntar à campanha da AD.

Os temas abordados, desta vez, foram de índole europeia, como a necessidade de mais integração da União, do que deverá ser o BCE, dos salários, de paz/guerra, do estado de direito, da democracia, da igualdade, da solidariedade, da liberdade, das migrações e do pacto migratório, dos discursos xenófobos e racistas, dos jovens, da habitação, da sustentabilidade ambiental..., aparecendo, por vezes algum lirismo e uma aberrante iliteracia política e económico/financeira/cultural. Todos demonstraram claramente quem são, o que defendem, mesmo quando o não digam, porque têm seguido os posicionamentos internos das suas lideranças.

Entretanto, direi que Portugal muito beneficiou e tem beneficiado por pertencer à família europeia, pelo acesso que teve e tem tido aos fundos estruturais para a sua modernização "tout court". Portugal melhorou bastante. Quem viveu nas décadas de sessenta, setenta e oitenta sabe-o. É verdade que o mundo mudou muito, mas em Portugal, independentemente de tudo, há uma diferença abismal entre o que era e é.

Na verdade, já "minada" por partidos pró Putin, outros eurocéticos, extremistas, populistas, interessados em menos União, tentando enfraquecê-la, dividi-la ou mesmo no limite, com ela acabar é muito preocupante... Os votantes devem informar-se, refletir, acautelarse, porque na política é como na vida, temos de saber o que queremos e, com quem podemos contar.

É importante a continuação e o aprofundamento do Projeto Europeu, no interesse dos Países Membros e das suas populações, que têm de se defender dos detratadores. Num mundo cada vez mais complexo, difícil e conturbado, dever-nos-emos "obrigar" a votar. Acresce, também, que a melhor configuração do Parlamento o justifica, porque as suas decisões têm implicações e repercussões em Portugal e nas nossas vidas.

Candidato da AD reúne com associações de pescadores

Sérgio Humberto, candidato da Aliança Democrática ao Parlamento Europeu, reuniu com as associações de pescadores da Póvoa de Varzim, na terça-feira.

No âmbito da campanha para as eleições europeias, o líder do PSD/Porto e presidente da Câmara da Trofa foi acompanhado por Aires Pereira, presidente da Câmara da Póvoa, numa reunião com João Leite, da Associação Pró-Maior Segurança dos Homens do Mar, Carlos Cruz, da Apropesca, e Manuel Marques, da Associação dos Armadores de Pesca do Norte.

Segundo a concelhia do PSD/Póvoa, "ouvir as associações de pescadores na Póvoa de Varzim

é fundamental para se tentar dar resposta aos problemas que subsistem, como por exemplo o assoreamento do Porto de pesca e a falta de apoios para a modernização das embarcações".



Candidatos ao Parlamento Europeu debatem na Póvoa futuro do país na Europa



O Largo do Passeio Alegre recebeu, no domingo (2), um debate público sobre o futuro de Portugal na Europa. Moderado pelo presidente da concelhia do PS/Póvoa, João Trocado, o debate contou com a participação dos candidatos à Europa Francisco Assis, cabeça-de-lista do partido para o distrito do Porto, Miguel Lemos e Inês Pinto.

Realizado ao ar livre, junto ao posto de turismo, o evento decorreu no âmbito da campanha para as eleições para o Parlamento Europeu, marcadas para 9 de junho, próximo domingo.

Para o PS, o debate foi uma "oportunidade para discutir as propostas dos candidatos e entender melhor as suas visões para o futuro da nossa região na União Europeia".

Arruada do Chega traz à Póvoa candidato à Europa

Esta quinta-feira, o partido Chega vai andar em arruada de campanha nas ruas da Póvoa de Varzim, com concentração marcada para a Praça do Almada, às 12h30.

Para este contacto com a população, estão previstas as presenças do presidente do partido, André Ventura e do candidato às Eleições Europeias, António Tânger Corrêa.



POUPE

esta **SEMANA**

no seu *pingo doce*

De 04 a
10 jun



0,99€
kg
MAIS DE 50%

TOMATE REDONDO

A granel
2,99€/kg



5,49€
kg

PEITO DE FRANGO

A granel
6,45€/kg



3,79€
kg

POUPE 20%

ENTREMEADA C/ ENTRECOSTO DE PORCO

A granel
4,78€/kg



**POUPE
METADE
DO VALOR**

0,69€
Unid.

ATUM 5 QUINAS

Ao natural 110g
1,39€/Unid.



**PACK
POUPANÇA**

8,99€
Emb.

FRALDAS P/INCONTINÊNCIA

Médio/Super
Emb. 28 Unid.



GRELHADOR BBQ LOVERS

85cm
Com 2 rodas
44,99€/Unid.



MAIS DE
30%

29,99€
Unid.

pingo doce
sabe bem pagar tão pouco

PÓVOA DE VARZIM - HIPER, ARGIVAÍ

Promoção válida de 04 a 10 de junho de 2024 em todas as lojas Pingo Doce de Portugal Continental, em compras iguais ou superiores a 5€ em toda a loja, exceto PD&Go nos postos de abastecimento BP e Pingo Doce Express. Salvo ruptura de stock ou erro tipográfico. Não acumulável com outras promoções em vigor. Alguns destes artigos poderão não estar disponíveis em todas as lojas Pingo Doce. A venda de alguns artigos poderá estar limitada a quantidades específicas, ao abrigo do Decreto Lei N.º 28/84. As ações Poupa Mais são exclusivas para clientes com cartão Poupa Mais registado até 24 horas antes da compra. Serviço de Apoio ao Cliente Pingo Doce | 212 41 08 74 ou 808 20 45 45 (chamada para a rede fixa nacional). Encomendas Take Away | 21 753 24 21 ou 808 200 120

é tão bom **poupar assim :)**

SIGA-NOS EM:

Tradições e memória na evocação do Dia do Pescador

O Dia Nacional do Pescador, assinalado a 31 de maio, contou com diversos momentos realizados na Póvoa de Varzim e Vila do Conde. Pela Póvoa, um espetáculo reuniu centenas de pessoas na Matriz, enquanto o município vizinho dedicou uma semana ao pescador com epicentro nas Caxinas

Na Póvoa de Varzim, e organizado pelo Centro Ocupacional da Lapa (COL), teve lugar no pavilhão da Associação Cultural e Recreativa da Matriz um espetáculo que contou com os representantes dos 6 bairros da cidade, já num ambiente de pré-S. Pedro, evento que teve a apresentação do cantor e profissional da RTP Daniel Fernandes, acompanhado por Luísa Couto e Sérgio Postiga.

Esta iniciativa, que foi colorida pelas tricanas poveiras, envolveu ainda os utentes do COL e ficou marcada pelas atuações do Rancho Po-

veirinho da Escola do Século, sob orientação de Carlos Silva, do Grupo de Cantares do Centro Ocupacional da Lapa, dirigido pelo maestro Tiago Pereira, e da Rusga da Póvoa.

Espetáculo celebrou ainda Antoninho Marta

Com este evento pretendia-se também celebrar e relembrar o maestro Antoninho Marta, pelo seu 120º aniversário de nascimento. Para tal, foi projetado um documentário "Recordar An-



toninho Marta celebrando o Pescador", produzido por Paulo Moreira, jornalista poveiro, e que retrata a vida e obra do compositor, através de vários testemunhos, entre os quais a sua filha Maria Maio Gomes. Para além deste espetáculo, no mesmo dia foi apresentado na Biblioteca Municipal Rocha Peixoto o livro "A Agulha de Marear Poveira", de Alexis Passechnikoff.

Uma semana de festa

Na cidade vizinha, Vila do Conde, as festividades estenderam-se por uma semana, que contou com concertos, entre eles de David Carreira, no

passado dia 25 de maio. Durante essa semana, houve uma vasta lista de iniciativas, que incluiu jornadas gastronómicas, lançamento de livros, oficinas para famílias, petisqueiras, "show cooking", tertúlias, e visitas guiadas, exposições e atuações do grupo Folclórico Pecadores das Caxinas e Poça da Barca e do Rancho de Dança e Cantares das Lavadeiras de Vila Chã.

A Semana do Pescador encerrou a 31 de maio, com um jantar convívio, que juntou a comunidade de pescadores das Caxinas, Poça da Barca e Vila Chã, e as várias associações ligadas à pesca.



Nos 60 anos do Rotary da Póvoa foram lembrados todos os presidentes

Foi a 25 de maio de 1964 que um grupo de 28 poveiros fundou o Rotary Club da Póvoa de Varzim. O 60º aniversário foi festejado ao almoço de dia 25 de maio, na presença de companheiros, amigos e convidados. Durante o convívio foi distinguido um companheiro e relembrado outros pelo trabalho em prol da comunidade

Além dos habituais discursos, a atual Direção do Clube, liderada por António Areal, distinguiu o companheiro e professor Sá Couto com o título Paul Harris, reconhecimento a uma pessoa merecedora e que deu sempre de si ao Clube e à terra, foi sublinhado no elogio. Igualmente, o momento serviu para a entrada da companheira Mónica Sidrais e o regresso do companheiro Sérgio Real.

Para António Areal, "assinalamos um marco significativo na nossa história, ao servir a comunidade, na qual se destaca nos últimos anos a Universidade Sénior", e acrescentou que com a universidade, "conseguimos torná-la num pilar fundamental, como espaço de convívio", ao afirmar que "a Universidade Sénior transforma vidas".

Sobre o futuro, o líder do Rotary da Póvoa projetou uma mensagem de esperança "onde continuaremos a ser uma força positiva para construir e inspirar vidas".

Já antes, Afonso Pinhão Ferreira fez uma alocução sobre os 60 anos do Clube, ao promover uma reflexão, elencando os valores do movimento humanista fundado na América, e justificou "que celebramos uma data de respeito e de prestígio que gerou história".

Afonso Pinhão, companheiro rotário há 35 anos, lembrou, ainda, que o Rotary é uma ins-

tuição constituída "por profissionais que promove a cidadania, o movimento solidário e que defende a ética na sociedade e a prática de se viver em regras".

"Poucos acreditavam na Universidade Sénior"

Pela Câmara Municipal, Luís Diamantino, vice-presidente, disse que estava ali a comemorar "um dia muito especial, até porque estão na sala dois ilustres rotários, o professor Sá Couto e o dr. Proença Fernandes, pessoas que marcaram culturalmente e socialmente a Póvoa de Varzim".

O autarca lembrou rotários já falecidos, entre os quais José Azevedo, Afonso Fernando, Silva Pereira e Filomeno Terroso, pessoas que não nos deixaram indiferentes e que destacaram o clube.

Aos presentes, Luís Diamantino quis recordar como nasceu a Universidade Sénior, "em que poucos acreditavam na altura e hoje se vê o que faz", assegurando que "esta é uma forma de como se pode mudar o mundo". A terminar, assegurou que a Câmara "vai estar sempre ao lado do Rotary" e em uníssono com todos lançou o grito poveiro de Ala Arriba, momento celebrizado pelo saudoso Silva Pereira.



A festa de aniversário, que mostrou numa exibição digital todos os presidentes do Clube ao longo dos 60 anos, contou com a participação do grupo coral da Universidade

Sénior, dirigida por Abel Carriço e também reitor da escola, que protagonizou um momento cultural merecedor do aplauso de todos os presentes.

Nova Direção da AEPVZ quer investir na formação e na cooperação

Sérgio Furtado é o novo presidente da Direção da Associação Empresarial da Póvoa de Varzim (AEPVZ). Rodrigo Moça dirige a Assembleia Geral e Rui Castro está como presidente do Conselho Fiscal. Os novos corpos gerentes, que vão gerir a AEPVZ durante os próximos três anos, tomaram posse no dia 24 de maio



Ao tomar posse, Sérgio Furtado, representante da empresa Auto Furtado, admitiu que assumia o cargo “com imenso orgulho e responsabilidade”, agradecendo “a confiança depositada em mim e estou profundamente honrado por representar esta comunidade de empresários dedicados e visionários”.

Começando por recordar e agradecer o trabalho da equipa cessante, presidida por Joaquim Araújo e da qual fez parte, fez uma perspetiva acerca do trabalho a fazer neste mandato.

Para Sérgio Furtado, o comércio local “é a espinha dorsal da nossa economia”, pelo que “é crucial” que o “continuemos a apoiar e incentivar”, “criando condições favoráveis para que nossos empreendedores possam prosperar”.

Por outro lado, a indústria “é um dos pilares que sustenta a nossa economia”, pelo que “precisamos investir na modernização e na inovação dos nossos processos industriais, para que possamos competir em um mercado global cada vez mais exigente”.

Por fim, também a formação profissional “é essencial para o desenvolvimento de qualquer setor”, sendo que a “qualificação da nossa força de trabalho é fundamental para a competitividade e a inovação”. Por isso, comprometeu-se em “apostar no apoio nesta área, a sermos promotores das ações formativas que julgamos e

vocês julguem adequadas”.

“Juntos somos mais fortes e capazes”

“O meio associativo é a força motriz que impulsiona a cooperação e, digo mais, a solidariedade entre os empresários. Juntos, somos mais fortes e mais capazes de enfrentar desafios e aproveitar oportunidades. A nossa associação deve ser um fórum de diálogo aberto, onde todos os membros se sintam ouvidos e representados. Vamos fortalecer os laços entre os associados, promovendo eventos, workshops e encontros que estimulem a troca de conhecimentos e experiências”, indicou Sérgio Furtado.

A Associação, que já tem 131 anos, conta “também com a parceria com a Câmara Municipal da Póvoa de Varzim”, e “tudo faremos para que se estreitem laços, para que a abrangência de projetos colaborativos seja ainda maior”, disse.

“Podem contar com o apoio da AEPVZ na promoção e organização do próximo congresso empresarial assim como na implementação de novas instalações no polo industrial de Laúndos e também na renovação da sede da AEPVZ, aproveitando logo que possível os apoios do PRR”, segundo o presidente da Direção.

Protocolo da Câmara com MAPADI e AEPVZ para empregar pessoas com deficiência

A Câmara Municipal da Póvoa de Varzim aprovou uma minuta de protocolo com o MAPADI e a Associação Empresarial da Póvoa de Varzim, de maneira a “podermos desenvolver perspetivas futuras de empregabilidade das pessoas

com deficiência no concelho da Póvoa de Varzim”.

Aires Pereira lembrou que “o MAPADI é uma entidade empregadora”.

“Tem sido um sucesso este projeto, uma vez que nos tem permitido e tem permitido ao MAPADI arranjar colocação profissional para um conjunto de miúdos que, com as suas diferenças, podem integrar empresas em ambiente de trabalho”, disse o presidente da Câmara.



Patrícia Dourado
Diretora

Sócia-Gerente e Diretora da DOURADOTOC. Licenciada em Contabilidade, Pós Graduada e Especializada em Fiscalidade, Contabilista Certificada, Consultora de Gestão e Negócios e Cronista.

O CANTINHO DO EMPRESÁRIO

A **DOURADOTOC** apresenta-lhe mais uma rubrica do “O Cantinho do Empresário”. Uma rubrica mensal, que chega aos leitores na 1.ª publicação de cada mês, no jornal Mais Semanário. Obtém aqui informação fiscal, financeira, apoios e incentivos, e contabilística. O conhecimento é o melhor aliado do empresário.

A informação é muito sintetizada, mas o objetivo fica cumprido! O conhecimento vai-lhe permitir questionar o seu contabilista certificado ou procurar o mais indicado para o seu negócio.



PROGRAMA REGRESSAR – Ex-Residentes, de regresso a Portugal



ALERTA – Este benefício está a ser pouco utilizado! Tem bons benefícios fiscais e os procedimentos são fáceis.

(a lei do Orçamento de Estado para o ano de 2024 estendeu este regime fiscal aos Ex- Residentes que se tornem fiscalmente residentes até 2026)

BENEFÍCIO DO EX-RESIDENTE: São excluídos de tributação 50% dos rendimentos do trabalho dependente e dos rendimentos empresariais e profissionais dos sujeitos passivos, até ao montante de €250.000,00.

CONDIÇÕES DE ACESSO:

1. Tornar-se residente fiscal em Portugal em 2024, 2025 ou 2026;
2. Não ter sido considerado residente em território português em qualquer dos cinco anos anteriores. Assim:
 - a. Tornando-se de novo residente em Portugal em 2024, não pode ter sido residente em território nacional em 2019, 2020, 2021, 2022 e 2023;
 - b. Tornando-se, de novo, residente em Portugal em 2025, não pode ter sido residente em 2020, 2021, 2022, 2023 e 2024;
 - c. Tornando-se, de novo, residente em Portugal em 2026, não pode ter sido residente em 2021, 2022, 2023, 2024 e 2025.
3. Ter sido residente em território português em qualquer período anterior:
 - a. a 31 de dezembro de 2018 para os SP regressados em 2024;
 - b. a 31 de dezembro de 2019 para os SP regressados em 2025,
 - c. 31 de dezembro de 2020 para os SP regressados em 2026;
4. Ter a situação tributária regularizada;
5. Não ter solicitado a inscrição como residente não habitual.

DURAÇÃO DO BENEFÍCIO: Este benefício tem a duração de 5 anos, sendo aplicável aos rendimentos auferidos a partir do ano em que se torne, de novo, residente em Portugal e nos 4 anos seguintes.

É FUNDAMENTAL PROCURAREM UM CONTABILISTA/CONSULTOR PARA FAZER O MELHOR ENQUADRAMENTO POSSÍVEL. FARÁ TODA A DIFERENÇA PARA O SUCESSO DO VOSSO NEGÓCIO.

Pense nisso. “Gestão é simultaneamente arte e ciência”.



Rua Dona Maria Graça Mações, n.º 25, 4490-268 Aver-o-Mar, Póvoa de Varzim
T: 224 964 912 | E: geral@douradotoc.pt | www.douradotoc.pt



50 ANOS DE
ELEVAÇÃO
A CIDADE
1973 A 2023 —

ATOS EVOCATIVOS DO DIA DA CIDADE 15 DE JUNHO

CONVITE

16:00

Inauguração da Exposição de Fotografia:

“Viagem à Póvoa de Varzim nos últimos 50 anos”,
por Rui Faria, na Sala dos Atos do Cine-Teatro Garrett;

18:00 - 21:00

Obra Aberta: Visita ao Póvoa Arena,
o novo equipamento sociocultural da cidade,
com vários momentos artísticos;

21:30

Inauguração do Monumento à Pescadeira da Póvoa,
no Largo António Nobre.



50 ANOS DE
ELEVAÇÃO
A CIDADE
1973 A 2023 —

DIA DA CIDADE PÓVOA DE VARZIM ENCERRAMENTO DO 50º ANIVERSÁRIO

16 DE JUNHO (17H)
PAVILHÃO DESPORTIVO
MUNICIPAL

CONCERTO AO VIVO
CUCA ROSETA

Jantar e espetáculo solidários angariam fundos para a Liga Contra o Cancro

No âmbito do projeto Um Dia Pela Vida, que decorre na Póvoa de Varzim até 13 de julho, têm sido realizados vários eventos, cuja receitas são canalizadas para a Liga Portuguesa Contra o Cancro. Entre as iniciativas, um jantar com palestra sobre a prevenção da doença teve lugar em Aguçadoura, que juntou cerca de 200 pessoas. Na passada sexta-feira, um espetáculo no Casino reuniu cerca de 400 pessoas

Em Aguçadoura, a equipa Unidos Caminhos Pela Vida, orientada pelo capitão Hildeberto Lino, promoveu uma palestra informativa por Cristina Fonseca, sobre o cancro de pele e a prevenção que a população deve ter, que orientou os presentes para a temática. Nesse sentido, a palestrante indicou, por exemplo, que a primeira medida de proteção é sempre a roupa a vestir, que deve ser idealmente “roupa escura, comprida e densa”, até porque “quanto mais coberta estou, mais protegida estou”, sem esquecer o chapéu com abas largas e óculos com filtro UV.

Conceição Clavel, do núcleo Norte da Liga Portuguesa Contra o Cancro, referiu que a edição de Um Dia Pela Vida na Póvoa de Varzim será ter-

minada a 13 de julho com uma festa de encerramento na tenda gigante a instalar junto ao Auditório da Lota. Nesse dia e no espaço serão homenageados os vencedores do cancro e quem está a lutar contra a doença, mas também quem já partiu.

“Todos conhecemos alguém que tenha tido esta doença”, indicou, apelando ao apoio à Liga, que promove rastreios e consultas gratuitas e não conta com subsídios estatais.

Da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, a vereadora Andrea Silva lembrou as várias atividades já realizadas e ainda por realizar no âmbito do projeto na Póvoa de Varzim e apelou à participação de todos, até porque “todos juntos somos mais fortes”.

“É importante percebermos que

só assim [com eventos de angariação de fundos] é que a Liga consegue continuar a promover a investigação, a sensibilização, a prevenção”. “São precisos meios para encontrar a cura, e esses meios nem sempre estão à disposição da Liga Portuguesa Contra o Cancro, e daí que estas iniciativas sejam fundamentais para eles continuarem a ter este apoio para a investigação e desenvolvimento da prevenção”, disse a vereadora.

Artistas solidários

Entretanto, a 31 de maio, a equipa Juntos Pela Vida da capitã Amélia Araújo, conseguiu levar ao Casino da Póvoa cerca de 400 pessoas, para assistirem ao espetáculo - Música Pela Vida -, que levou ao palco o entusiasmo de Domingos Moça, Duda, Grupo de Cantares da Junta da Póvoa, Beiriz e Argivai, os fados de Pedro Magina e seus companheiros, a dança da Dancing Rebels e a banda The Void.

Durante o espetáculo, os responsáveis locais do Projeto de Um Dia Pela Vida, Virgílio Tavares e Nelson Ferreira, apresentaram a Comissão



Entidades e Equipa de Aguçadoura

Local e também vencedores do cancro, o poveiro Rogério Paulo, a artista plástica Vitória Moraes, que tem um quadro em leilão a favor da Liga, e Ricardo Nunes, recém-eleito presidente do Varzim.

Associaram-se ao evento os autarcas Marco Barbosa, vereador da Câ-

mara, e Ricardo Silva, presidente da Junta da Póvoa, que expressaram a solidariedade no apoio à causa e reafirmaram que a cidade e freguesias voltaram a revelar o seu “enorme espírito de solidariedade”.

Projeto prolonga-se até 13 de julho

O projeto, que pela primeira vez está no concelho poveiro, terá ainda mais iniciativas nas próximas semanas. Caminhadas, atividades físicas, cicloturismo, palestras em diversos pontos do concelho, são algumas das atividades agendadas que terão o seu ponto alto a 13 de julho na tenda que será instalada junto ao Auditório da Lota. Nessa data, haverá animação de manhã à noite para celebrar a vida.

Pode acompanhar os pormenores deste evento na página do Facebook de Um Dia Pela Vida – Norte.



Bicicletada pela vida

No domingo de manhã, foi dia de uma bicicletada, com dezenas de pessoas a participarem “Nos Pedais Solidários”. Com partida e chegada na Igreja da Lapa, o pelotão de cicloturistas levou a mensagem de esperança na Luta Contra o Cancro, pelo Passeio Alegre, avenidas dos Banhos e do Repatriamento dos Poveiros, e algumas ruas da vila de Aver-o-Mar. A organização foi da JTM e Trocado Seguros, que contaram com a presença especial de membros do Clube Motard “Lobos do Mar” que ajudaram a que todos pedalassem ordenados e em segurança.

Perspetiva do passado e futuro no aniversário da Misericórdia da Póvoa

‘O Município da Póvoa de Varzim e a Misericórdia – Passado, Últimos 50 anos, Que Futuro?’ foi o mote para uma conferência no Salão Nobre da Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Varzim, decorrida a 23 de maio

A sessão, integrada nas comemorações do 268º aniversário da fundação da Santa Casa poveira e dos 50 anos da elevação da Póvoa de Varzim a cidade, contou com os oradores Fernando Souto, Virgílio Ferreira e José Macedo Vieira.

Fernando Souto, professor de Filosofia, fez uma contextualização histórica da fundação e obras da Misericórdia, ressaltando a importância do “papel histórico, de proteção das pessoas mais frágeis, de salvaguarda da sua dignidade e da prática de obras de misericórdia”.

Seguiu-se uma revisitação ao último meio século, pelo provedor da Misericórdia da Póvoa, Virgílio Ferreira, que apontou que o objetivo da instituição sempre foi o de “prestar apoio à sociedade em geral e em particular aos mais idosos”, sendo esta a “primeira razão do ser do movimento das Misericórdias”, há mais de 500 anos.

Por fim, Macedo Vieira, presidente da Câmara Municipal entre 1993 e 2013 e líder da comissão organizadora das comemorações dos 50 anos da elevação da Póvoa a cidade, abordou a conjuntura atual e os desafios dos próximos anos, que “são múltiplos e gigantes. Caberá a nós, sociedade, usar as experiências do passado e as novas formas de imaginação, de organiza-

ção e de implementação das mesmas” para os solucionar, contando com “a colaboração de todos e em simultâneo” para criar “sinergias entre as instituições existentes”.

A sessão ficou completa com a intervenção de Nuno Tavares Moreira, presidente da Assembleia Geral da Misericórdia, que lembrou que a situação financeira da Santa Casa não é fácil, e por isso “temos de trabalhar para o futuro da Misericórdia. Espero que o futuro seja uma grande coisa para a Misericórdia”.

“Já perdemos 2 mil e 300 milhões de euros” para o novo hospital

Também o presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, Aires Pereira, abordou o tema financeiro, dizendo que, na presente década, Portugal dispõe de cerca de 60 mil milhões de euros em fundos financeiros, metade dos fundos usufruídos pelo país entre 1986 e 2020, mas “o que todas as instituições reclamam é da falta de investimento para resolver grande parte dos problemas que se deparam”.

Exemplo disso é, segundo o autarca, o novo hospital da Póvoa, porque já “teríamos condi-



ções para ter aqui um hospital, e infelizmente já perdemos cerca de 2 mil e 300 milhões de euros por falta de vontade do Estado em investir num fundo comunitário aprovado para continuarmos a renovar as nossas instalações”.

Para Aires Pereira, “percebe-se mal que o país se entretinha com mugidos entre deputados ou que ao meio-dia cumprimentam como se fosse já de noite, e não estejam focados naquilo que era importante para todos, que era mobilizarmos para sermos capazes de utilizar, se calhar, os últimos fundos comunitários que estão à disposição do país”, referindo-se aos relatos de comentários racistas e misóginos no Parlamento português.

“Aquilo que devia ser o objetivo principal de todos, que é a modernização do país, criar

melhores condições de vida para todos nós que aqui trabalhamos, melhores condições de trabalho para fixarmos os jovens e para retermos o talento, entretemo-nos todos os dias a ver notícias que nada ajudam nesta resolução de podermos gastar, agora já só em 5 anos, o resultado do investimento para 10”, disse.

O presidente da Câmara da Póvoa considera “inacreditável que a discussão seja à volta de questões periféricas que nada interessam ao desenvolvimento do país nem dos portugueses, mas nós vamos sendo alimentados por esta conversa todos os dias”.

Trabalhadores com 25 anos de serviço reconhecidos

Na mesma cerimónia, foram reconhecidos os funcionários com 25 anos de trabalho na Misericórdia.

Carlos Moreira Costa, Maria José Silva, Paula Paulo, Maria da Conceição Alves e Maria Manuela Magalhães, ainda que nem todos presentes, receberam lembranças e diplomas pelos “mais de 25 anos de serviço na Misericórdia” como agradecimento pela “dedicação e empenho”.



Ciclo de Música Sacra de Rates fecha com brilho do Coral Ensaio

A 18ª edição do Ciclo de Música Sacra encerrou na noite de 29 de maio, com a atuação do Coral Ensaio, aplaudido por todos os que lotaram a Igreja Românica, espaço que voltou a acolher durante um mês o certame. O concerto do Coral Ensaio da Póvoa de Varzim, dirigido musicalmente por Tiago Carriço, esteve integrado no programa do V Congresso Eucarístico Nacional.

No final, José Abel Carriço, diretor do Ciclo de Música Sacra, dedicou palavras de elogio ao grupo. “De facto não podia ter acabo de outra forma, se não desta forma alegre, com este ‘Hallelujah’ de Händel. Muito agradeço ao grupo de música antiga, ao Coral Ensaio e ao seu maestro.” Para terminar, o diretor artístico do Ciclo de Música Sacra disse, “entretanto, o que esteve aqui atrás deste evento, a igreja e toda

a sua envolvimento que não deixaram ninguém ir embora”.

Por sua vez o pároco da freguesia, Manuel Sá Ribeiro, expressou a sua “profunda gratidão” pelo concerto proporcionado pelo Coral Ensaio, como também à organização que proporcionou o encontro musical de qualidade a exemplo dos anos anteriores.

Para além dos concertos, o evento contou com a XIII Formação em Música Sacra para adultos, ministrada pelo Secretariado Arciprestal de Música Sacra, que teve lugar na Igreja Românica de S. Pedro de Rates, no dia 18 de maio.

O Ciclo de Música Sacra foi organizado pela Associação Melodiartes, com direção artística de José Abel Carriço.



Conceição Nogueira confessa 17 anos de “muito amor” ao Boletim Cultural

A 1 de março passado foi lançado o número 55 do Póvoa de Varzim/Boletim Cultural. Após três meses nas mãos dos poveiros, o MAIS/Semanário entrevistou Conceição Nogueira, diretora do Boletim desde 2007. Conheça a dinâmica, pormenores e curiosidades sobre esta obra cultural que tem como tema central “Mudanças, Alterações e Evolução desde 1973 a 2023” e já algumas novidades sobre o próximo volume

Há 17 anos à frente da direção do Póvoa de Varzim/Boletim Cultural, quais foram os desafios que encontrou?

O primeiro desafio foi-me dado pelo meu ex-aluno e agora vice-presidente da Câmara, dr. Luís Diamantino, que me convidou para ir tomar um café ao Torreão, que é o café em frente à minha casa. Estranhei o convite, mas fiquei logo desconfiada. Quando chegámos ao café, ele disse-me, “eu vou fazer um pedido, mas não admito um não”. E eu disse “bem, eu vou ver se realmente posso aceitar isso ou não. Mas se tiver que dizer não, olhe que eu digo”. Então disse-me, “é o seguinte: morreu o Monsenhor Amorim, o Boletim está sem diretor, e a dra. é que pode assumir a direção”. E aí eu disse, “dr. Diamantino nem me diga isso, há tanta gente muito mais competente do que eu para esse cargo”. Eu só soube ser professora, porque já estava aposentada. Eu aposentei-me em 2001 e isto aconteceu em 2006, o ano fatídico para a Póvoa, em que faleceu, primeiro foi o dr. Jorge Barbosa, em 24 ou 25 de abril. Em 8 de maio morre o Monsenhor Amorim, entretanto, também morre o Coronel Martins da Costa e o Manuel Lopes que era o coordenador do Boletim, dizia “o próximo sou eu” e foi infelizmente, no dia 14 de agosto. Nunca mais me esqueço do dia porque eu estava em casa da minha sobrinha a comemorar os anos dela, quando recebi a notícia do falecimento do Manuel Lopes. E eu disse ao dr. Diamantino, acho que para substituir o Monsenhor Amorim, uma pessoa que todos nós admirávamos como um grande investigador, como historiador local, eu não me sinto capaz de desempenhar esse cargo. Tenha paciência, até lhe posso indicar pessoas para assumirem esse cargo. A resposta do dr. Diamantino foi: eu não aceito um não. Bom, eu perante tanta insistência, acabei por dizer sim, e desde 2007 tenho trabalhado e devo dizer que com muito amor, com muita paixão por servir a nossa terra. Este foi o primeiro desafio e, entretanto, tenho encarado, temos escolhido os temas, temos trabalhado em conjunto, não sou só eu, há uma equipa que a dra. Maria de Lurdes designou por equipa dos 3, que é a dra. Maria de Lurdes, o Gustavo e a Fátima e eu trabalho com eles e eles trabalham comigo. O Boletim é produto desta equipa.

Ao longo destes 17 anos, os desafios surgem todos os anos e sempre diferentes?

Conforme os acontecimentos que se vão desenrolando e que merecem ficar fixados no nosso Boletim. É assim que nós encaramos realmente cada Boletim, é um desafio. É conforme os acontecimentos, os centenários e procuramos fixar e corresponder ao que

o fundador do Boletim, o professor Fernando Barbosa escreveu no seu proêmio, acontecimentos da nossa terra e esta cláusula, fixa-nos um bocado na escolha dos temas.

Já devolvemos um artigo que foi entregue e que não falava nada da Pó-

voa. Aí foi para trás. Tem que ser um acontecimento, o local, “a Póvoa e seu termo” como diria Fernando Barbosa. Por quem e como são escolhidos os temas?



voa. Aí foi para trás. Tem que ser um acontecimento, o local, “a Póvoa e seu termo” como diria Fernando Barbosa. Por quem e como são escolhidos os temas?

É sempre a nossa equipa que está sempre atenta aos acontecimentos e aos centenários, de nascimento e de falecimento. E o último Boletim é sobre os 50 anos da elevação da Póvoa, a Cidade, aliás, o eng. Aires Pereira, o nosso presidente, no lançamento do outro Boletim sugeriu este tema que nós, aliás, já tínhamos pensado também. E é assim que se escolhem os temas.

Quando contactou os colaboradores deste último Boletim Cultural, e quais as reações?

Para desenvolver o tema, pensamos imediatamente que a Póvoa não é só a cidade, é a Cidade e seu concelho. Temos onze freguesias, a Póvoa cidade também já tem sido contada como uma freguesia também. Contactamos cada freguesia e escolhemos a pessoa que nos parecia melhor para falar da evolução que a sua freguesia teve durante nestes 50 anos. Em Aver-o-Mar pensamos logo no José Peixoto, o artigo dele teve muito sucesso, tem sido muito aplaudido, é um texto poético que é assim que ele sabe escrever, com o coração e sentimento. Depois, em Aguçadoura, o José Eusébio. Navais, foi o meu colega Fernando Sou-

voa. Aí foi para trás. Tem que ser um acontecimento, o local, “a Póvoa e seu termo” como diria Fernando Barbosa. Por quem e como são escolhidos os temas?

Após três meses do lançamento da publicação, quais são as reações da comunidade a este Boletim?

Tem sido um sucesso. Tenho recebido elogios que eu devolvo para os colaboradores, que é o que eu digo sempre, sem colaboradores não há Boletim. Fico muito grata aos colaboradores, mas é curioso que eles se sentem muito honrados e agradecem muito ser colaboradores do Boletim e querem continuar e alguns deles, como por exemplo o professor Luís Filipe Calafate, já está a fazer um trabalho para o próximo Boletim. Foi colaborador do anterior e quis continuar com este, o que prova que realmente não encontrei obstáculo nenhum quando os contactei.

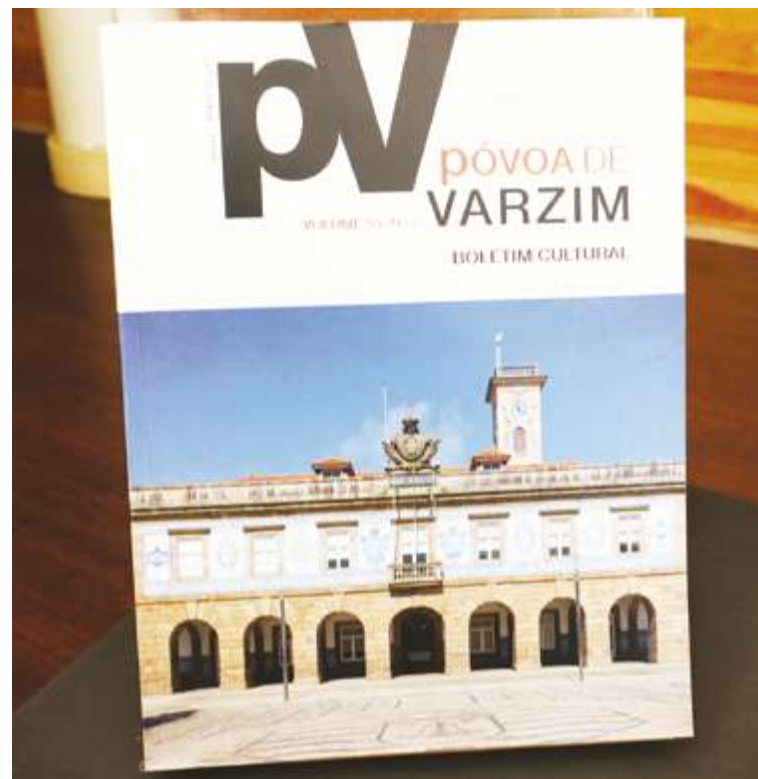
Como se processa toda a dinâmica do Boletim, desde o início até ser lançado?

Quando estamos a lançar um Boletim, já estou a pensar e, neste caso, já temos até pensado anteriormente a quem bater à porta, porque temos que dar tempo para que eles façam investigações. Por exemplo, o Luís Filipe Calafate contacta o Tombo, em Lisboa, e é um bom colaborador mesmo. Neste momento, os temas são todos

entregues e já estamos quase a chegar ao limite da entrega dos trabalhos. Nós estabelecemos fins de maio ou fins de junho, conforme, de maneira que vamos estar já a receber. Ainda não recebemos nenhum, mas eles já nos contactaram a dizer que “den-

gues, como se processa a fase seguinte?

Quando recebemos os temas, os trabalhos vêm no geral por e-mail. A biblioteca imprime e envia-me os trabalhos para eu ver. No geral, há sempre correções a fazer, há vírgulas a pôr, há concordâncias a fazer e eu leio o trabalho todo. Aliás, a dra. Maria de Lurdes e o dr. Gustavo também ajudam neste trabalho. E, a seguir, há a escolha das imagens, portanto, a parte do texto é fundamentalmente comigo, a escolha das imagens de boa resolução é com o dr. Gustavo, a dra. Maria de Lurdes e a Fátima também ajudam. Quando está o Boletim pronto quer na parte textual, quer na parte das imagens, o trabalho é remetido para o Porto para a Plena Imagem, para a Margarida e o Adão que são impecáveis. Compreendem os nossos atrasos, as nossas correções, às vezes cada artigo sofre umas três versões. Quando vem da Plena Imagem, eu volto a ler os trabalhos, voltamos a ler e aí é remetido para o colaborador. Nunca se publica nada sem o colaborador rever, às vezes duas ou três vezes. A seguir, quando os artigos estão todos digitalizados pela Plena Imagem, temos que os ordenar. Este foi muito fácil, ordenados alfabeticamente as freguesias, às vezes é difícil ver como se deve ordenar e estabelecer uma relação entre os



tro de 15 dias eu vou entregar o meu trabalho ou no fim do mês de junho entrego o meu trabalho”. De maneira que está assegurada a edição do próximo Boletim.

Depois dos trabalhos entre-

diferentes trabalhos. Quando está o Boletim organizado vai para a gráfica, este ano foi para o Diário do Minho que também é muito cuidadoso, quer nas cores das imagens, a dra. Maria de Lurdes e o dr. Gustavo vão

sempre lá verificar as cores das imagens, antes de ser rematado o trabalho. Este ano, foram 500 exemplares e foi pouco. Já pedimos ao dr. Diamantino para ver se era possível fazer uma segunda edição do Boletim, porque a dra. Maria de Lurdes está com dificuldade de satisfazer os compromissos que temos com outras bibliotecas e já não há exemplares. Ainda não sei se vai acontecer isso ou não.

A acontecer, será a primeira vez que vai ser publicada uma segunda edição do mesmo número do Boletim?

Seria a primeira vez, mas ainda não sabemos se vai acontecer.

O próximo volume, o número 56, já está pensado. O que falta ainda fazer?

Posso adiantar já que não é volume temático, nem sempre é e também não é obrigatório. Quando se faz um volume temático, tem de haver uma razão muito forte para isso. Este foi quase temático, porque a maior parte é sobre a Póvoa e seu concelho. Tínhamos já em mãos alguns artigos que tinham ficado por publicar do Boletim anterior e, portanto, completamos o número com esses artigos que já estavam em mão.

A vária deste último número é uma vária luttuosa, porque tivemos o falecimento do presidente do MAPADI, Aparício Quintas e a esposa. A esposa já tinha falecido no ano anterior, mas quando recebemos a participação, o Boletim já estava fechado e, por isso, teve que ficar para este ano. E o falecimento do arquiteto Campos Matos, um grande colaborador queirosoianista, ele fez muitos trabalhos publicados em vários Boletins de trabalhos.

Mas agora talvez o vá substituir o Dr. Sylvio Lago, que era muito amigo do Campos Matos, e o filho do Campos Matos, o professor Sérgio, docente na Universidade Nova de Lisboa. O professor Sérgio telefonou-me a perguntar se

seria possível ele vir cá fazer uma conferência sobre o pai, sobre o arquiteto Campos Matos, que aceitamos imediatamente. Ele veio já fazer essa conferência, e depois disso acaba de vir à Póvoa fazer um ciclo de conferências, em três dias no passado mês de maio. Na Escola de Música, depois na Biblioteca, uma conferência muito interessante, um estudo, um ensaio completo de comparação de literatura comparada entre o Eça e o Machado de Assis. E um último na Filantrópica sobre o Mandarin. Perante o nosso espanto, estas três conferências tiveram sempre uma razoável assistência, foram três dias seguidos e exigimos muito da assembleia poveira, e o próprio Sylvio Lago ficou admirado de nesses três dias ter sempre uma razoável assistência.

Estas conferências dele irão para este próximo Boletim e será um bom colaborador.



É uma edição especial e de ouro por retratar os 50 anos da elevação da Póvoa de Varzim a Cidade. Como está ordenado este tema?

É quase um número temático e comemorativo dos 50 anos da elevação da Póvoa de Varzim a Cidade, conforme sugestão do nosso presidente, o Eng. Aires Pereira, e por ele classificado como “uma edição de ouro” e como “hino de amor à Póvoa”, pelo nosso vice-presidente, dr. Luís Diamantino.

Há uma primeira parte sobre a Cidade, com artigos da autoria do eng. Aires

Pereira, dr. Macedo Vieira, do Helder Luís, autor do logótipo do cinquentenário, do arq. Rui Bianchi, do dr. Adriano Cerejeira, da dra. Ana Lúcia. Todos os artigos de grande interesse, quanto às transformações, mudanças e evolução da nossa terra.

Segue-se uma segunda parte dedicada às 11 freguesias do nosso concelho, dispostas por ordem alfabética, com os artigos dos seguintes autores: Aguçadoura do dr. José Eusébio; Amorim, do dr. Manuel Lopes Martins; Argivai, da dra. Sofia Teixeira; Aver-o-Mar, do José Peixoto; Balasar, da dra. Zulmira Linhares; Beiriz, do dr. Daniel Brás; Estela, do dr. José Alberto Moreira; Laúndos, do eng. Luís Ramos, Navais, do dr. Fernando Souto; Rates, do dr. Armando Ferreira e Terroso, da dra. Bernardette

Faria.

Há ainda uma terceira secção, intitulada “Outros temas” com os seguintes artigos: “O Comércio da Póvoa de Varzim”, do prof. dr. Luís Filipe Calafate. “A Casa de Nascimento de Eça de Queirós”, do dr. Jorge Fonseca. “Lendo e comentando «O Mandarin» de Eça de Queirós”, do dr. António Azevedo. “A partir para um tempo sem tempo”, da minha autoria.

O Boletim termina com uma secção destinada a acontecimentos considerados importantes para a história da Póvoa. Este ano é uma vária lutuosa: À memória de Aparício Quintas e sua esposa, D. Rosinha Quintas; ao arquiteto Campos Matos e José de Azevedo.

[illegible]

MAIS/Desporto

Roady
CENTRO AUTO
VILA DO CONDE

O Varzim “não está condenado a ser ingovernável”

A afirmação é de Ricardo Nunes, novo presidente do Varzim, eleito por 228 associados que votaram na Lista A, nas eleições realizadas a 25 de maio. Na altura, 17 sócios optaram por votar em branco e dois decidiram anular o boletim. Dois dias depois, na tomada de posse, o dirigente referiu que “enquanto presidente pretendo fazer muito mais do que falar”

Ricardo Nunes tomou posse como presidente do Varzim, numa cerimónia que levou ao Diana Bar cerca de 200 pessoas. O ex-guarda-redes vincou que o foco da sua equipa de trabalho está na reestruturação e estabilização financeira do clube. “São a nossa primeira prioridade”, disse e continuou, “mas isso não quer dizer que o Varzim tenha de deixar de sonhar. Isso não quer dizer que esta nova Direção irá assumir um papel de um mero contabilista ou tecnocrata. É exatamente por termos ambições para o Varzim, que escolhemos no presente não fingir que vivemos numa realidade paralela. A única forma de resolvermos um problema é primeiro reconhecermos que esse problema existe”.

E assegurou: “O Varzim tem de arrumar a casa, aprender a gerir-se, para podermos criar uma base sólida que alicerce um futuro promissor”, disse Ricardo Nunes, na tomada de posse como presidente do Varzim.

O responsável máximo do clube, afirmou, ainda, que “tenho ambições para este clube, desde a melhoria das

infraestruturas, à profissionalização do clube, à construção de uma academia própria, ao regresso da nossa equipa principal a voos maiores e muito mais. Mas a minha maior ambição enquanto presidente é que no final deste mandato longe estejam os dias em que Varzim desperdiçava o talento que ajudava a desenvolver. A minha maior ambição é transformar a nossa Formação num trampolim onde crianças se possam fazer jogadores com potencial e atingir as carreiras de sucesso com que sonham”. Ao falar da alma alvinegra, Ricardo Nunes caracterizou que “este é um clube onde nas bancadas se sentam filhos, pais e avós” e foi muito claro nas suas afirmações ao vincar que “o Varzim não pertence às prateleiras de um museu, a glória não está perdida nos livros de história, não acaba nas conversas nostálgicas com os nossos pais e avós, este clube não está condenado a ser ingovernável”, concluiu.

André Tavares Moreira e Rodrigo Moça foram também empossados como presidentes da Assembleia Ge-



André Tavares Moreira (Assembleia Geral), Ricardo Nunes (Direção), Rodrigo Moça (Conselho Fiscal), lideram Varzim Sport Club

ral e do Conselho Fiscal, respetivamente, numa cerimónia que contou com a presença de diversas individualidades nacionais do futebol, entre os quais o ex-futebolista Hélder Postiga, em representação da FPF, José Neves, presidente da AF Porto, Rui Pedroto, dirigente do FC Porto,



Perto de 100 equipas no S. Pedro Cup

São 96 as equipas que vão participar na 2ª edição do torneio infantil S. Pedro Cup, organizado pelo Varzim, que vai realizar-se nos dias 22 e 23 de junho, no estádio alvinegro.

O clube aponta para esta edição números semelhantes aos do ano passado: 26 clubes, 96 equipas, 1.200 atletas e seis miniestádios. Nos dois dias serão disputadas dezenas de jogos, entre jogadores dos 5 aos 13 anos, divididos por vários escalões.



além de muitos representantes de entidades e associações poveiras.

Câmara da Póvoa distingue Ricardo

Ricardo Nunes vai receber a 16 de junho, Dia da Cidade da Póvoa de Varzim, a Medalha de Reconhecimento Poveiro, anunciou Aires Pereira, presidente da Câmara, na tomada de posse do ex-guarda-redes como presidente da Direção do Varzim.

O edil justificou que o ex-atleta e agora dirigente merece a distinção “pela coragem que revelou ao longo deste processo de transição no clube e dizer a todos que o Varzim tem futuro e que o clube não morre aqui”.

Nas palavras que dirigiu a Ricardo

Nunes, o autarca elogiou a atitude do novo presidente alvinegro “que apesar de não conhecer, há algum tempo atrás, muitos dos problemas do Varzim, foi sabendo aos poucos, mas isso não o fez desistir da responsabilidade que assumiu”.

Cumprimento especial do sócio nº1

De registar que, na altura de exercer o direito de voto, Ricardo Nunes foi recebido por Luís Leal, sócio nº 1, antigo dirigente, diretor do jornal O Varzim. Na altura, Luís Leal dirigiu palavras de entusiasmo por Ricardo assumir os destinos do Varzim, lembrando que “vi crescer este menino no Varzim”.

Marcelino Pinheiro assume presidência do Aguçadoura FC

O Aguçadoura FC tem uma nova direção, presidida por Marcelino Pinheiro. O novo presidente, que já fazia parte da direção cessante, encabeçou a única lista candidata às eleições de 25 de maio, e tomou posse no sábado, 1 de junho na Gala AG81



Marcelino Pinheiro

Marcelino Pinheiro é acompanhado por Marta Vilas Boas, na presidência da Assembleia Geral do Aguçadoura FC.

Na tomada de posse, o novo presidente da Direção prometeu “trabalho e dedicação ao clube”, de uma equipa que é nova: “apesar de algumas caras repetidas, muitas outras são novas e foram escolhidas para trazer novas ideias e novos conceitos para o clube”, disse.

“Queremos manter a matriz de sermos um clube formador de carácter e identidade própria. Um clube elitista na qualidade dos intervenientes do jogo. Um clube que sabe ganhar sem espezinhar e perder sem se dar por vencido. Um clube admirado pelos rivais por ser constituído por jogadores que sentem e honram a camisola não por objetivos, mas por compromisso”, adiantou.

Completar obra do estádio “é fundamental” para a formação



Nova Direção Aguçadoura Fc

Alertando para a necessidade de fazer exercício físico e de cuidar da população, Marcelino Pinheiro lembrou “que existe a promessa eleitoral de terminar a segunda fase do projeto do estádio AG81 até outubro de 2025”, fase essa que “contempla um bar, garagens e um estádio de futebol de 7 e respetivos balneários”.

Para o presidente da Direção, esta obra é “fundamental para podermos dar mais condições à formação”, que “é sempre uma bandeira eleitoral sempre que se fala dos baixos índices de toxicodependência no concelho da Póvoa de Varzim”.

Amizade, respeito e excelência

Para este mandato, Marcelino Pinheiro definiu como pilares a amizade, o respeito, a excelência, a coragem, a determinação, a igualdade e a inspiração.

“Nós somos Aguçadoura FC e a nossa for-

ça está na mística que emanamos no nosso dia-a-dia, está no orgulho do nosso símbolo – a cebola, a cenoura, o ancinho e a enxada com as dunas, o mar e o sol como pano de fundo; a nossa força são estas 450 pessoas que aqui estão presentes e mais os milhares pelo mundo. Prometo a todos dar o meu melhor e encher de orgulho a quem diz em qualquer situação: Eu? Eu sou Aguçadoura!”, terminou.

Gala distinguiu atletas, técnicos e dirigentes

A Gala contou com a presença de 450 pessoas, entre atletas, técnicos e familiares das três modalidades do clube (futebol, BTT e flat track), patrocinadores, outras associações de Aguçadoura e entidades convidadas.

No evento, foram também entregues, como já é costume, os prémios a atletas, técnicos e dirigentes que se destacaram ao longo da época desportiva.

PóvoaFut angaria 1.500 euros para crianças com cancro



O PóvoaFut - Futebol à Conversa, realizado no domingo 2 de junho, angariou 1.500 euros para a Acreditar – Associação de Pais e Amigos de Crianças com Cancro. O evento, que nesta edição foi apadrinhado pelo ex-guarda-redes e recém-empossado presidente do Varzim SC, Ricardo Nunes, contou com o apoio e parceria da União de Freguesias da Póvoa de Varzim, Beiriz e Argivai.

Esta é uma iniciativa formativa e pedagógica que aparece na sequência dos objetivos do Torneio Ovo de Páscoa, explica a União de Freguesias. O objetivo é mostrar o lado positivo da modalidade e celebrar a paixão pela es-

sência e importância do futebol na sociedade.

O PóvoaFut contou com várias conversas, com intervenientes como Ricardo Nunes, o médico ortopedista Hélder Pereira, o ex-jogador rioavista Ukra, o selecionador nacional de eFootball Francisco ‘Quinzas’ Cruz, o treinador do Varzim Vítor Paneira, a futebolista Vanessa Marques, e o treinador sub-17 do FC Porto Ricardo Costa.

Ao longo do dia, foram abordados os temas do ‘Pós-carreira’, ‘Saúde em Campo’, ‘Liderança de Balneário’, ‘Futsal, Futebol de Praia e eFootball’, ‘A História do Futebol’, ‘As Donas do Jogo’ e ‘Portugal nos Grandes Torneios’.

A PREVENÇÃO COMEÇA EM SI.

IDENTIFIQUE E REGISTE OS SEUS TERRENOS.

Sabia que o registo das suas propriedades contribui para a identificação dos proprietários e terrenos em caso de incêndio?

Identifique e registe os seus terrenos rústicos no BUpi. É simples e gratuito.

Para mais informações, aceda a bupi.gov.pt ou contacte a sua Câmara Municipal.

Saiba mais em bupi.gov.pt ou em portugalchama.pt.

PORTUGAL CHAMA POR SI. POR TODOS.

Após decisão superior título de juvenis do Inter-freguesias atribuído ao Amorim

O título de vencedor do campeonato de juvenis do Inter-freguesias da Póvoa de Varzim foi atribuído ao Amorim, apurou o MAIS/Semanário junto da Associação de Futebol Popular. A decisão foi tomada na segunda-feira

Recorde-se que no passado dia 27 de abril, a equipa de juvenis do Rates festejou a conquista do campeonato do respetivo escalão do Inter-freguesias. Nesse dia, o Rates venceu por 1-0 o Averomar.

No entanto, dias depois o Conselho de Disciplina decidiu atribuir a vitória ao Amorim no jogo frente ao Rates, após protesto amorinense que alegou a utilização indevida de um jogador por parte da equipa ratense.

Com a deliberação do Conselho de Disciplina, o título passaria para as mãos da coletividade amorinense. Então, surgiu novo recurso, agora do Rates, para o Conselho

Superior de Justiça da Associação de Futebol Popular da Póvoa de Varzim. Entretanto, na última segunda-feira, o Conselho Superior de Justiça deu razão ao Amorim, reiterando a decisão do órgão do Conselho de Disciplina.

Assim, na classificação final, o CSB Amorim ficou em 1º lugar com 49 pontos no campeonato de Juvenis, seguido do Rates com 43.

Com a atribuição do título ao Amorim (juvenis), estão encontrados todos os campeões da época 2023/2024 do Inter-Freguesias: Estela (seniores, infantis e escolinhas), Averomar (traquinice) e Argivai (feminino).



Amorim conquista Taça dos Campeões sem jogar final

A equipa sénior do Centro Social Bonitos de Amorim foi a vencedora da Taça dos Campeões da Associação de Futebol Popular do Norte, apesar de não ter sido realizada a final por desclassificação dos adversários, que disputavam a outra meia-final (Estela e Árvore)

Recorde-se que o Amorim chegou à final, depois de na meia-final ter ganho os dois jogos frente ao Rates (ambos por 2-0). Na outra meia-final, entre o Estela e o Árvore, os dois jogos não chegaram ao fim por falta de condições, de acordo com as equipas de arbitragem. O Conselho de Disciplina da Associação de futebol Popular do Norte decidiu desclassificar as duas equipas.

Assim, o Amorim como não teve adversário na final, que deveria ter sido realizada no sábado, 25 de maio, foi considerado vencedor da prova. O troféu foi entregue na sede da Associação de Futebol Popular da Póvoa de Varzim.

Árvore ergue Taça de Vila do Conde

O Grupo Desportivo de Árvore (GDA) conquistou, no domingo, a Taça de Vila do Conde do

futebol popular, ao derrotar o Bagunte Futebol Clube no desempate das grandes penalidades (4-2). No final do tempo regulamentar do jogo disputado no estádio do Rio Ave, registava-se uma igualdade a um golo.

Os vencedores da temporada 2023/2024 foram: Tougues (campeonato sénior), Árvore (Taça de Vila do Conde), Fornelo (juniores) e Mindelo (Taça em Juvenis).

Com estes resultados, o arranque da época 2024/2025 vai começar com a disputa da Supertaça, entre o Tougues e o Árvore.

Ukra vai continuar a jogar para promover futebol popular

Ukra, que fez a despedida da carreira futebolística como profissional, afinal não vai deixar os relvados. O avançado assegurou que vai continuar a jogar, mas no futebol amador vilacon-

dense.

O extremo disse que “vou jogar no futebol amador, no concelho de Vila do Conde, para não deixar o bichinho morrer, para ajudar a promover o campeonato local e sentir o futebol no seu estado puro”, e sublinhou que “o pessoal que joga sem receber, vai lá só mesmo por amor ao futebol”.

jogador, que fez 17 épocas como atleta profissional,

tem intenção de fazer dois treinos por semana, mais o jogo do fim de semana, num dos campos do concelho de Vila do Conde.

Apesar da vontade demonstrada, Ukra não revelou qual o clube que irá representar na época 2024/2025.



Amorim



Árvore

Melhores marcadores do inter-freguesias época 2023/2024



Seniores - Bruno Sousa, do Estela, 20 golos



Juvenis - Tiago Santos, do Amorim, 14 golos



Traquinice - Diogo Araújo, do Argivai, 21 golos



Infantis - Guilherme Fontes, do Estela, 26 golos



Escolinhas - Tiago Fernandes, do Amorim, 75 golos



Feminino - Joana Barreto, do Averomar, 16 golos

Póvoa Andebol fecha época com digna presença na final four da Taça

Ao perder com o FC Porto por 39x30, no jogo das meias-finais da Taça de Portugal, a equipa sénior do Póvoa Andebol encerrou as contas de mais uma época entre a elite do andebol português



Equipa Técnica

No multiusos de Viseu, a equipa poveira começou melhor o jogo, tendo, nos dois primeiros lances do jogo, dois jogadores da formação em destaque. António Pedro Magalhães (também conhecido por Pekas) marcou o primeiro golo do jogo, e Carlos Moreira fez a primeira defesa. De resto, os muitos adeptos que se deslocaram a terras de Viriato assistiram a mais uma exibição dos comandados de Tiago Cunha, que alternam do oito ao oitenta num ápice. Quando as oportunidades faziam prever um equilíbrio maior no marcador, eis que a ineficácia ofensiva permitiu aos comandados de Carlos Resende ganhar vantagens que condicionaram o desfecho da eliminatória.

No final, e mesmo sendo afastados de uma presença histórica numa fi-

nal, ouviram-se palavras de apoio e agradecimento a todos os responsáveis e atletas pela forma digna como representaram o clube na época 2023/2024.

Equipa técnica renova e assume coordenação técnica

A dupla formada por Tiago Cunha e Gabriel Maroja vai continuar no clube, e agora com funções alargadas. Desde logo, o professor Tiago Cunha terá funções de coordenar todos os escalões do clube, num estreitamento de relações com todos os treinadores, numa observação constante a todos os miúdos, premiando o seu esforço e dedicação com presenças nos treinos da equipa principal.

Chegado ao clube no mês de janeiro, Tiago Cunha conseguiu o principal objetivo, que era estar no Grupo B, e consequentemente garantir atempadamente a manutenção. A presença na Final Four da Taça acabou por ser um bónus e um prémio de uma época difícil, e na qual a equipa principal passou por uma fase difícil com derrotas sucessivas.

Chegar a bom porto foi o prémio para a equipa diretiva liderada por José Oliveira Pereira, que acabou por ultrapassar dificuldades desportivas e de organização. Com tempo e um técnico experiente, o clube já está a trabalhar na renovação do plantel da próxima temporada, para a exigente presença na 1ª divisão.

Assembleia Geral aprova contas

Com um orçamento a rondar o meio milhão de euros, o Póvoa Andebol apresentou as contas do exercício 2023 com um saldo positivo de 1.100 euros. Numa Assembleia concorrida e participativa, o presidente José Oliveira Pereira viu os seus consócios aprovarem por unanimidade todos os pontos da agenda de trabalhos, com a particularidade dos votos de louvor aos desempenhos da equipa sénior e sub16, que mereceram também a aclamação dos presentes. Na visão de José Oliveira Pereira, o clube tem ganho a simpatia da comunidade poveira, fruto do trabalho que

desempenha na divulgação do andebol, mas também nas suas iniciativas culturais.

Sobre os concertos de S. Martinho, Ana Moura foi apresentada como a artista que estará em novembro no palco do Cine-Teatro Garrett, juntamente com os coros do Grande Colégio.

Projetando o clube no futuro, o presidente revelou a importância da construção da academia e respetivo pavilhão, mas que para já “é fundamental as obras de requalificação da sede social, cruciais para o clube se desenvolver, e levar o projeto desportivo para um nível superior, nomeadamente com a criação de equipas femininas”.



Torneio de padel solidário angaria 15 mil euros para o MAPADI

O Troféu Telmo Duarte, torneio de padel 100% solidário a favor do MAPADI, envolveu um total de 402 jogadores ao longo dos dias 24, 25 e 26 de maio. Alex Rodrigues e Jorge Carvalho, na categoria M1, e Joana Ponte e Paula Araújo, na categoria F2, foram os vencedores do troféu que angariou 15 mil euros para a instituição poveira.

Realizaram-se 348 jogos, com 216 duplas em 13 categorias, numa prova com direção de Laura Graça e do juiz árbitro Alex Rodrigues.

Presente na atribuição dos prémios, António

Ramalho, presidente do MAPADI, realçou a importância da parceria com o Clube da Praia, pelo contributo financeiro deste torneio, que vai ser alocado à aquisição de uma carrinha elétrica adaptada, assim como a oportunidade dos utentes do MAPADI semanalmente poderem praticar a modalidade do padel.

Da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim, a vereadora Lucinda Amorim destacou a importância das parcerias e o trabalho desenvolvido pelo MAPADI na inclusão social dos cidadãos com deficiência.



Poveiras são vice-campeãs no basquetebol



Nas Caldas da Rainha mandaram as leoninas, num confronto em que as pupilas de Pedro Dias perderam por 49x72, na final que decidiu a atribuição do título nacional da 2ª divisão de basquetebol feminino. Foi um jogo cujo rendimento das poveiras foi muito condicionado pelas altas temperaturas no pavilhão, já que o cansaço fragilizou a equipa poveira nas rotações. Do outro lado estava uma equipa recheada de atletas com muita experiência de 1ª divisão, que acabaram por explorar as fraquezas do conjunto poveiro, acabando por vencer justamente.

Como lá diz o ditado, "foram-se os anéis, mas ficaram os dedos", e já se prepara a presença na 1ª divisão, olhando para dentro, mas também tentando contratar mais-valias para um campeonato mais competitivo e que irá exigir mais e melhor do grupo liderado pelo professor Pedro Dias e que teve Paulo Sérgio Nunes como adjunto.

Sub16 conquista bronze

A equipa feminina sub16 do Desportivo participou na final Four da XXVI Taça nacional, que decorreu em Estremoz, com as comandadas de Ruben Aguiar a não conseguirem

ultrapassar o CAB Madeira. No jogo de atribuição do 3º e 4º lugares, as poveiras foram mais fortes e conseguiram o bronze. Como cereja no topo do bolo, a basquetebolista poveira Rita Leitão foi nomeada para o cinco ideal do Torneio. Foi um fecho de temporada em beleza, para uma das equipas de formação que mais se destacou nesta temporada 2023/2024.



Mariadeira continua a bater recorde ano após ano



Mariadeira

A A.C.D. Mariadeira sagrou-se pela 14ª vez consecutiva campeã de Ténis de Mesa do Plano de Desenvolvimento de Ténis de Mesa, tornando-se assim tetradecacampeão, com 12.673 pontos, mais de 4.000 pontos de diferença para o segundo classificado.

Este é um feito inédito na história do Plano de Desenvolvimento de Ténis de Mesa que a A.C.D. Mariadeira estabeleceu com um novo recorde.

Na opinião do presidente da associação, Rui Baptista, este feito tem por base todo o trabalho desenvolvido pelos atletas, mas também uma estrutura por detrás deles composta pelos treinadores, delegados, colaboradores que tratam da parte logística e também o trabalho dos pais que durante todo o ano acompanham-nos para todo o lado.

"O objetivo para o futuro continua o mesmo, preparar jovens para o futuro, ajudá-los no seu crescimento e tentar que estejam o menos tempo possível fechados em casa agarrados a consolas e televisões", refere o dirigente.

Guilhabreu desiste da primeira divisão por falta de apoios

A equipa de ténis de mesa do Grupo Desportivo e Cultural Atuais e Antigos Alunos de Guilhabreu (AA Alunos de Guilhabreu), que conseguiu a manutenção na primeira divisão nacional para a próxima época, vai desistir da divisão. Em causa estão as dificuldades financeiras e a falta de apoios.

Em comunicado, o clube explica que "a equipa empenhou-se até ao último jogo e conseguiu a brilhante proeza da manutenção entre

os grandes do Ténis de Mesa português", mostrando "dignidade, trabalho, conhecimento e competência".

No entanto, "dadas as dificuldades financeiras e a falta de apoios necessários a uma primeira divisão, o clube irá desistir da primeira divisão para a época 2024/25".

Mesmo assim, a Direção do clube, presidida por Joaquim Azevedo, "agradece todo o empenho dos seus atletas na luta que travaram pela manutenção" e também "à Junta de Freguesia de Guilhabreu pelo apoio de proximidade que sempre se fez sentir".

Lembre-se que a equipa de ténis de mesa do AA Alunos de Guilhabreu tem conquistado diversas vitórias e títulos nos últimos anos, a nível nacional e internacional. Inclusive, um dos atletas da equipa, Dinis Ye, sagrou-se no ano passado campeão da Europa no seu escalão, tendo depois participado no Campeonato do Mundo de equipas sub15.



Guilhabreu

Voleibol em ano de títulos



A equipa de infantis feminina de voleibol do Clube Desportivo da Póvoa conquistou o primeiro lugar na Taça do Aniversário da Associação de Voleibol do Porto.

Em Matosinhos, as jovens poveiras, lideradas pela professora Sofia Gomes, venceram o jogo das meias-finais contra a sua congénere do SVR Benfica por 3 sets a 2, e na grande final o Sporting Clube de Espinho por 3x1. A equipa

poveirademonstra, assim, que quando se pensa a médio e longo prazo os frutos são colhidos e com muito sucesso.

No outro extremo, as equipas Masters também continuam a vencer, e são ambas candidatas a ganhar o Torneio Joaquim Vilela. No fim de semana, os homens venceram o Leixões e as mulheres o Ala de Gondomar, ambos os jogos por 3 sets a 1.

Festas do
Concelho

São João

Vila do Conde

01-24
jun 2024

8 jun | 21h30

Expensive Soul

Cais da Alfândega

14 jun | 21h30

Carlão

Cais da Alfândega

15 jun | 21h30

Rui Veloso

Cais da Alfândega

16 jun | 17h30

**Banda Sinfónica
Portuguesa**

Teatro Municipal

22jun | 21h30

Barbara Bandeira

Caxinas, Junto à Igreja de Nosso
Senhor dos Navegantes

23 jun | 02h00

Emanuel

Cais da Alfândega



CÂMARA MUNICIPAL
VILA DO CONDE



PARÓQUIA DE SÃO JOÃO
BAPTISTA DE VILA DO CONDE



Consulte programa:
www.cm-viladoconde.pt

Atleta poveiro conquista dois títulos nacionais de ginástica

Miguel Bernardo, atleta natural da Póvoa de Varzim e que representa o Ginásio Clube Vilacondense (GCV), conquistou duas vitórias no campeonato nacional de ginástica de trampolins, ao triunfar na prova de trampolim individual e em trampolim sincronizado, esta última em equipa ao lado de Duarte Ribeiro. As duas medalhas de ouro foram atribuídas na categoria juvenil.

A dupla proeza do ginasta poveiro foi alcançada durante o nacional que decorreu a 25 e 26 de maio, no pavilhão do Alto Moinho, no Seixal, prova em que o Ginásio Clube Vilacondense se apresentou com 14 ginastas.

Outra dupla do clube vilacondense esteve também em destaque, com André Lopes e Lucas Gregório a sagrarem-se campeões nacionais na categoria sénior.



Poveiro Hélder Silva vence Rampa da Falperra e lidera campeonato

Foi a terceira vitória de Hélder Silva em quatro provas do Campeonato de Portugal de Montanha. O automobilista poveiro venceu a 43ª Rampa da Falperra na classificação geral e mantém-se na liderança do campeonato.

Para o piloto, “foi um fim-de-semana quase perfeito. A Osella esteve sempre muito competitiva e a equipa está de parabéns. Consegui andar rápido, sempre dentro da margem de segurança e vencemos de forma muito tranquila”.

Hélder Silva assumiu ainda que “esta vitória nos coloca ainda mais na frente do campeonato. Mas nada de embandeirar em arco, porque faltam ainda quatro provas e a concorrência está muito forte”, ressaltou.

Na mesma Rampa, o também poveiro Afonso Santos garantiu o 2º lugar em Protótipos B. “Foram dois dias fantásticos pois, para além de uma prova bastante positiva, senti um

apoio como nunca de todo o público e da equipa. Consegui marcar o meu recorde pessoal em 2.26.785, a uma média de 127 km/h e isso deixa-me muito orgulho. Com este resultado, saltamos para 2º lugar na tabela pontual dos Protótipos B e tudo farei para manter a posição até ao final do campeonato”, declarou o jovem.

A próxima prova do Campeonato de Portugal de Montanha JC Group será a 9ª Rampa de Santa Marta de Penaguião, nos dias 15 e 16 de junho.



Rio Ave conquista título feminino

A equipa feminina do Rio Ave ergueu, no sábado, o troféu do título correspondente ao nacional da 3ª divisão, após derrotar o Guia de Albufeira, por 3-1, no jogo da 2ª mão disputada em Vila do Conde. Uma semana antes, na primeira mão, no Algarve registou-se um empate a um gol.

O título só ficou decidido no prolongamento, dado que no final do tempo regulamentar o desafio estava empatado a um gol. Os golos da equipa rioavista foram marcados por Inês, Catarina e Érica.

Além da vitória e da conquista do troféu, o Rio Ave garantiu a presença na 2ª divisão na próxima época, situação que também foi alcançada pela equipa de Albufeira.

Sobre esta conquista, Fernando Gomes, presidente da Federação Portuguesa de Futebol, já endereçou os parabéns ao clube vilacondense e às novas campeãs, ao escrever que foi “fruto do forte trabalho e empenho implementados desde o início da época pelo coletivo, a culminar nesta tão desejada vitória

na final. Um trabalho que tenho a certeza que será continuado no futuro, pelo crescimento do futebol feminino em Portugal”.

Novo diretor desportivo

Pedro Albergaria, de 43 anos, foi escolhido pela SAD do Rio Ave para diretor desportivo do clube. O dirigente vem colmatar a saída de Nuno de Almeida. O antigo guarda-redes “já trabalha há dias, em conjunto com Luís Freire, na construção do plantel para a próxima temporada”.

É o regresso ao ativo de Pedro Albergaria que já exerceu estas funções no Gil Vicente e no Vizela.

Quanto à formação do plantel principal, o treinador Luís Freire e adjuntos têm mais um ano de contrato e os jogadores com vínculo laboral são os guarda-redes Jonathan, Lucas Flores e Magrão, os defesas Miguel Nóbrega, Pantalón, Patrick William, Aderllan Santos e Hélder Sá, os médios Amine e os avançados Aziz e Fábio Ronaldo.



MAIS/Opinião

DIAGNÓSTICO PRECOCE: UMA ETAPA FUNDAMENTAL NA DOENÇA DE ALZHEIMER

MARISA ROSA, NEUROPSICÓLOGA
E AMIGA DA ASSOCIAÇÃO
DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE SANTA CRISTINA
DE MALTA (SANCRIS)

O diagnóstico precoce envolve a identificação de uma doença numa fase inicial, antes dos sintomas serem evidentes e do agravamento ser significativo. De maneira sucinta, a Doença de Alzheimer é uma condição neurodegenerativa progressiva que afeta o cérebro, causando um declínio gradual de algumas funções cognitivas. Particularmente, inicialmente surgem dificuldades de memória, que progridem para difi-

culdades de orientação temporal e espacial, até alterações de humor, que originam uma alteração da funcionalidade nas atividades básicas e instrumentais de vida diária. Assim, os sujeitos tornam-se cada vez mais dependentes no dia-a-dia, menos autónomos. O diagnóstico desta doença é feito com base numa avaliação médica, em exames neuropsicológicos, em exames de imagem cerebral, em biomarcadores e, por vezes, em testes genéticos. Atualmente, não há cura para a Doença de Alzheimer; desta forma, o diagnóstico precoce é uma ferramenta importante para pacientes, cuidadores e profissionais de saúde, que objetiva promover um melhor prognóstico, retardar a progressão da doença

(diminuir a velocidade do declínio cognitivo) e prolongar a qualidade de vida e a autonomia dos pacientes. A intervenção precoce pode ser realizada de forma direta e indireta. A abordagem direta envolve o atendimento clínico por equipas multidisciplinares, o tratamento adequado de vários fatores de risco (como diabetes, colesterol, etc.) e a implementação de medidas preventivas para evitar o agravamento (através da reabilitação neuropsicológica). Por outro lado, a abordagem indireta se concentra em apoiar os cuidadores, preparando-os melhor para o futuro; isso é feito através do esclarecimento de dúvidas e da promoção de uma compreensão mais profunda sobre a doença, capacitando-os

a fornecer o melhor suporte possível.



MAIS/Vila do Conde

Próximo presidente da Assembleia Municipal eleito a 17 de junho

No próximo dia 17 de junho será realizada uma sessão extraordinária da Assembleia Municipal de Vila do Conde para eleger uma nova mesa da Assembleia Municipal. Os secretários, Telmo Pontes Ramos e Alexandrina Cruz, apresentaram pedidos de exoneração aos cargos e Ana Luísa Beirão renunciou à presidência. As alterações surgem depois da polémica relativa a uma frase proferida por Ana Luísa na sessão da Assembleia de 29 de abril

A data de 17 de junho foi anunciada numa sessão realizada na segunda-feira (3), para a substituição dos secretários. Porém, a mesa entendeu que, nesse dia, não estavam “reunidas as condições para qualquer deliberação” – as decisões foram remetidas para dia 17.

Renúncia de Ana Luísa Beirão apresentada por escrito

Tudo começou a 29 de abril quando, na sessão da Assembleia Municipal,

depois da intervenção do deputado Sérgio Gomes, do partido CHEGA, Ana Luísa Beirão sussurrou a frase ‘ai que vontade de lhe partir o focinho’. A frase não foi ouvida por quem estava presente na sessão, mas foi captada pelo microfone associado à transmissão em direto.

A situação foi denunciada pelo CHEGA, que exigiu a demissão da presidente da Assembleia. Mais tarde, outros partidos fizeram a mesma exigência, e o grupo do PS afirmou que “deixaram de existir condições futuras” para a continuidade de fun-

ções de Ana Luísa Beirão, retirando-lhe a confiança.

Ana Luísa Beirão manteve que a frase por si proferida não era dirigida ao deputado, mas sim relacionada com “várias mensagens pessoais que estava a receber no meu telemóvel”.

Numa publicação na rede social Facebook, datada de 22 de maio, explicava que “a minha manifestação espontânea refletia apenas a indignação que senti naquele momento, devido às mensagens insultuosas que estava a receber desde o início da



Ana Luísa Beirão renuncia à presidência

sessão. A frase que proferi, da qual não me orgulho, traduzia a minha angústia e revolta perante as acusações e ameaças recebidas, que não só foram dirigidas a mim, mas também à minha família”, disse, apontando que já apresentou queixa às autoridades competentes.

Indicava ainda que “se vier a ser destituída do cargo de presidente deste Órgão Municipal para o qual fui eleita, não poderei, de forma alguma e convictamente, manter-me no seio do Grupo Municipal do PS de Vila do Conde que me tratou de

maneira injusta e comprometendo a minha honra e dignidade. Nesse caso, renunciarei ao mandato, pedindo desde já a compreensão de todos aqueles que me elegeram e a quem ficarei eternamente grata pela confiança que em mim depositaram para servir Vila do Conde”.

Ana Luísa Beirão anunciou a sua renúncia ao cargo por escrito, ainda em maio, aos líderes de todas as bancadas parlamentares, com a exceção do PS. Contudo, não adiantou se se iria manter como deputada, neste caso independente.

Artistas portugueses prometem animar Festas de S. João

As Festas de S. João de Vila do Conde arrancaram a 1 de junho, com um cartaz que promete muita animação. O programa contempla concertos, tradição, exposições e outras atividades até ao dia 24 deste mês

Os concertos começaram logo no primeiro dia das Festas, com o espetáculo de Mariza, que atraiu milhares de pessoas ao Cais da Alfândega. Seguem-se os concertos dos Expensive Soul (dia 8 às 21h30), Carlão (dia 14 às 21h30), Rui Veloso (dia 15 às 21h30), Banda Sinfónica Portuguesa (dia 16 às 17h30), Bárbara Bandeira (dia 22 às 21h30) e Emanuel (noite de S. João, às 2 horas da manhã).

Todos os concertos terão lugar no

mesmo local, excetuando o da Banda Sinfónica Portuguesa (no Teatro Municipal) e de Bárbara Bandeira (junto à Igreja de Nosso Senhor dos Navegantes, nas Caxinas).

Noite e Dia de S. João

O ponto alto das Festas será a Noite de S. João, de 23 para 24 de junho, com as marchas luminosas dos Ranchos do Monte e da Praça, às 22 horas, seguidas das atuações de ambos



Entidades e Comissões de Festas

os ranchos, uma hora e meia depois, e culminando com uma grande sessão de fogo-de-artifício, às 1h30.

O dia 24 de junho, Dia de S. João, é marcado pela Eucaristia Solene (às 15h30), seguida da procissão em honra do padroeiro e à noite pela tradicional ida à praia, a partir das 21h30, e sessão de fogo preso, à meia-noite.

Programa ‘Aqui Portugal’ transmitido a partir de Vila do Conde

O programa conta também com a Exposição dos Mestres de São João a partir do dia 2 de junho, na Praça da República, e o Desfile de Mordomas e Etnográfico, também no dia 2, na Praça Vasco da Gama. As Cascatas,

elaboradas e construídas por vilacondenses, “darão outro brilho, a par da iluminação festiva nas principais artérias da cidade”, indica a Câmara.

No dia 16 de junho, as festividades vão merecer destaque no programa ‘Aqui Portugal’ da RTP1, que será transmitido a partir de Vila do Conde. A transmissão começa às 9 horas da manhã.



Fernando Rocha marca presença no Laúndos em Movimento

Os dias 9, 10 e 11 de agosto estão reservados para o Laúndos em Movimento. O evento arranca com uma noite de Ar de Rock, animada pelos DJs Padre Guilherme e Renato Neiva, e conta com um Encontro de Clássicos, uma Noite de Comédia e com a tradicional Descida de Carros Artesanais

A noite de Ar de Rock começa às 21h45 de dia 9, sexta-feira, depois da abertura oficial do Laúndos em Movimento 2024, no Monte de S. Félix. No dia seguinte, no Terreiro da Nossa Senhora da Saúde, realiza-se o Encontro de Clássicos, às 10 horas, e a Noite de Comédia com Fernando Rocha e João Faquire, às 22 horas. Mais tarde, à meia-noite, a música fica a cargo do DJ Hélder Dias.

O último dia de Laúndos em Movimento é preenchido totalmente pela 13ª Grande Descida de Carros Artesanais de Laúndos. O tema é 'Os Transportes', e será "o ponto alto de 3 dias com muita animação, onde a criatividade dos

carros, pilotos e equipas não tem limite e é cada vez mais surpreendente", indica a organização.

Inscrições para a descida abertas até 9 de agosto

As inscrições para a Descida de Carros Artesanais são gratuitas, e os participantes habilitam-se a ganhar prémios monetários: 1º classificado (500 euros), 2º classificado (300 euros), 3º classificado (200 euros), 4º classificado (150 euros), 5º classificado (100 euros), Prémio Carro Mais Ecológico (150 euros), Prémio Melhor Apresentação da Equipa (100 euros) e Prémio

Escolha do Público (100 euros). Todos os participantes recebem uma lembrança.

Há três formas de inscrever a sua equipa, até 9 de agosto: enviar um email para laundosemmovimento@paroquiadelaundos.pt, preencher o formulário online, ou pessoalmente, junto da Comissão Organizadora do Laúndos em Movimento.

O Laúndos em Movimento existe desde 2009. O evento, que tem como objetivo angariar fundos para a construção da sede do Agrupamentos de Escuteiros de Laúndos, termina sempre com a Grande Descida de Carros Artesanais, onde os participantes descem os 800

metros de pista do Monte São Félix "na mais louca descida de carros artesanais" da freguesia.



FUNERÁRIA DE BEIRIZ, LDA.
(IRMÃOS CABAÇAS)

ARMAZÉM: Rua do Aqueduto, 86
4495-372 BEIRIZ - Póvoa de Varzim
Tel/Fax 252 696 458 Tlm 919 070 386

ESCRITÓRIO: Rua de Pelames, Loja 76
4495-150 AMORIM - Póvoa de Varzim
E-mail: funeraria_beiriz@hotmail.com

A morte é o princípio de uma nova vida!

lexgo

☒ Digitalização
☒ Impressão
☒ Cópia
☒ Arquivo

19,90€
/mês

www.Lexgo.pt

Para contacto: M. Gomes Correia
912 300 233 • gomescorreia@gomaval.com

MAIS/Semanário nº 578 05-06-2024

CARTÓRIO NOTARIAL
PÓVOA DE VARZIM

EXTRATO

-Certifica narrativamente para fins de publicação, que neste Cartório a cargo da Notária Júlia Lobo Monteiro, sito na Póvoa de Varzim, por escritura de vinte e nove de Maio de dois mil e vinte e quatro, exarada a folhas oitenta e cinco e seguintes, do livro de notas para escrituras diversas número cento e cento e cinquenta e cinco A, foi lavrada uma escritura de Justificação Notarial, na qual intervieram como justificantes: António dos Santos Leitão, e mulher Delfina Oliveira da Silva Leitão, casados, naturais da freguesia de Balazar, concelho da Póvoa de Varzim, residentes na Rua de Guardes n.º 246, 4570-047, Balazar, Póvoa de Varzim, que declararam o seguinte: —

-Que são donos e legítimos possuidores dos seguintes prédios: —

i).-PRÉDIO RÚSTICO, composto por terreno rústico de bravio, sito na Travessa de Santa Luzia (Lugar da Terra Ruim B. Velha), da freguesia de Balazar, deste concelho, com a área de seis mil oitocentos e cinquenta e sete metros quadrados, a confrontar do norte com caminho público, do sul com Bernardino Alves da Costa Reis, do nascente com caminho de servidão, e do poente com caminho, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Póvoa de Varzim, inscrito na matriz rústica, nome do justificante marido sob o artigo 488, ii).- PRÉDIO RÚSTICO, composto por terreno rústico de lavradio, sito na Rua do Caminho Largo. (Lugar de Fim de Bouças). da freguesia de Balazar, deste concelho, com a área de três mil oitocentos e quarenta e um metros quadrados, a confrontar do norte com caminho de servidão, do sul com caminho de servidão, do nascente com caminho de servidão, e do poente com António Lopes dos Santos, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Póvoa de Varzim, inscrito na matriz rústica nome do justificante marido, sob o artigo 597. —

-Que os identificados prédios vieram à posse do justificante marido António Dos Santos Leitão, durante o ano de mil novecentos e cinquenta e um. em dia e mês que não podem precisar, por doação meramente verbal que feita por seus pais Amadeu dos Santos Leitão e Gracinda Lopes dos Santos, casados sob o regime da comunhão geral, residentes que foram no Lugar de Guardes, Balazar, Póvoa de Varzim.

-Sucede que o referido ato de doação, nunca chegou a ser formalizado, não dispondo, por isso, de qualquer título formal para registar a sua aquisição na Conservatória do Registo Predial competente.

-Que, desde essa data, inicialmente e até à sua maioridade, por intermédio dos seus ascendentes, e posteriormente por si, ele justificante e após o casamento em conjunto com a sua mulher Delfina Oliveira Da Silva Leitão, sem qualquer interrupção, têm usado e fruído os identificados prédios, praticando os atos necessários ao aproveitamento de todas as suas utilidades, limpando-os, cultivando-os, colhendo os seus frutos, pagando as contribuições devidas e outros encargos, tudo isto à vista de todos, sem oposição de quem quer que seja e na convicção de que não lesavam direitos de outrem. —

-Que esta posse exercida, desde há mais de vinte anos, conduziu-os à aquisição do identificado prédio, por
USUCAPIÃO.. —

- Está conforme o original e, na parte omitida, nada há que amplie, restrinja, modifique a parte extratada. —

-Póvoa de Varzim, trinta e um de Maio de dois mil e vinte e quatro. —

Notária: Júlia Lobo Monteiro
Praça do Almada, n.º 35 - r/c 4490-438 - Póvoa de Varzim
Tel. / Fax: 252 643 452 e-mail: julia.lobo.monteiro@notarios.pt

Passatempo 2024

Quadras

S. PEDRO

pingo doce

sabe bem pagar tão pouco

Pingo Doce – Argivai – Póvoa de Varzim

- 1º Prémio: 150€ em cartão presente Pingo Doce
- 2º Prémio: 100€ em cartão presente Pingo Doce
- 3º Prémio: 50€ em cartão presente Pingo Doce
- 4º Prémio: 30€ em cartão presente Pingo Doce
- 5º ao 8º Prémio: 25€ em cartão presente Pingo Doce
- 9º e 10º Prémio: 10€ em cartão presente Pingo Doce

Regulamento

1º - A empresa ILUSTREPÁGINA LDA. leva a efeito um passatempo denominado "QUADRAS DE S.PEDRO", destinado aos leitores do MAIS/Semanário e clientes do hipermercado Pingo Doce de Argivai/Póvoa de Varzim.

2º - Até 21 de junho, os concorrentes deverão escrever uma quadra ou mais e indicar Pseudónimo que entendam utilizar e enviar em anexo a sua identificação, para que o Júri não conheça o autor da quadra, conforme cupão (Só são aceites as quadras preenchidas no cupão, e cada quadra num cupão).

3º - É motivo obrigatório das quadras a alusão às festas e tradições relacionadas com o S. Pedro, da Póvoa de Varzim, aos seus usos e costumes.

4º - As quadras apresentadas terão de ser inéditas. As quadras que até à data da publicação tenham sido tornadas públicas, através de órgãos de comunicação social, ou outro meio, não serão validadas.

5º - As quadras devem ser enviadas dentro de envelope fechado para: MAIS/Semanário, Avenida Vasco da Gama, 60, 4490-410 Póvoa de Varzim ou através de email para geral@maissemanario.pt ou também colocadas no interior de uma tombola no Hipermercado Pingo Doce, em Argivai, Póvoa de Varzim, ou entregue nas delegações da Junta de Freguesia de Póvoa de Varzim, Beiriz e Argivai.

6º - O prazo limite para a receção será até ao dia 21 de junho, por mão própria ou com carimbo dos CTT com data anterior à data limite, depositadas na própria tombola do hipermercado Pingo Doce de Argivai/Póvoa de Varzim, ou ainda por e-mail até 21 de junho.

7º - As quadras apresentadas a concurso serão analisadas por um júri, nomeado pela gerência da ILUSTREPÁGINA LDA. Os membros do júri, no número de três elementos, serão compostos por 1 presidente e 2 secretários, não existindo recurso das suas deliberações. As pessoas que compõem o júri não poderão concorrer, nem por si, nem interposta pessoa, nem poderão fornecer quadras dos possíveis concorrentes.

8º - Serão escolhidas e premiadas as 10 melhores quadras.

9º - As quadras premiadas serão publicadas na edição papel do MAIS/Semanário de 3 de julho e depois na edição on-line.

10º - Através de contacto, os contemplados serão informados da data a partir da qual podem receber os seus prémios.

11º - A empresa ILUSTREPÁGINA LDA será a entidade competente para julgar e decidir qualquer litígio no âmbito do presente concurso e regulamento.

Os prémios estão publicados no jornal MAIS/Semanário (papel e on-line em www.maissemanario.pt)

Cupão de participação

Nome: _____
Morada: _____
Cód. Postal: _____ Telf.: _____

Recorte este cupão e envie-o para: Concurso de Quadras de S. Pedro, MAIS/Semanário, Av. Vasco da Gama, 60, 4490-410 Póvoa de Varzim - ver regulamento em www.maissemanario.pt

Pseudónimo



EM
VOGAEm junho
temos surpresas!

CUIDE DA SUA PELE!

NÃO ESQUEÇA
O PROTETOR SOLAR!

Parece que o sol veio para ficar, por isso, há que pensar no protetor solar de rosto mais adequado à nossa pele (atenção: o protetor solar deve ser usado o ano inteiro).

O mercado oferece uma panóplia variadíssima de protetores solares, mas qual será o que deve escolher? Primeiro há que ter em atenção o tipo de pele, para uma pele mista ou oleosa o solar a escolher pode ser mineral, já para uma pele seca pode ser um protetor solar químico. Qual a diferença entre os dois?

Protetor solar mineral: Começa a proteger a pele assim que é aplicado, sem necessidade de esperar os habituais 30 minutos. Por norma é menos irritante e é menos propenso a causar irritações na pele ou reações alérgicas, sendo uma boa opção para peles sensíveis. Tende a ser mais estável sob a luz solar, mantendo a sua eficácia por mais tempo. Certos ingredientes mine-

rais, como óxido de zinco e dióxido de titânio, são menos prejudiciais para ambientes marinhos e recifes de corais.

Protetor solar químico: Normalmente é mais leve e mais fácil de aplicar, deixando menos resíduos visíveis na pele. É absorvido rapidamente pela pele, proporcionando uma sensação mais agradável. Está disponível em várias formulações, incluindo sprays e loções leves. Posto isto, já com alguma informação sobre uns e outros, o importante é nunca esquecer de aplicar uma boa camada de protetor solar, logo pela manhã e de preferência ir reaplicando durante o dia. O ideal é não esquecer as partes do corpo que andam mais expostas como a cara, o pescoço, as mãos e os braços.



FESTIVAIS DE VERÃO



Os meses de junho já chegou e com ele chegam os festivais de verão. De maior ou menor dimensão, há algumas coisas a ter em conta na hora de sair para um festival. A maior parte dos festivais de verão são em sítios abertos, ao ar livre, por isso, deve ter em atenção os seguintes pontos:

- Roupas confortáveis e leves, não se esqueça do chapéu e dos óculos de sol;
- O protetor solar é um must. Deve levar um na mochila para reaplicar e, para ser mais prático, escolha um em spray ou uma bruma;
- Hidrate-se, leve uma garrafa de água que pode ser reutilizável (muitos festivais têm estações de água);
- Caso o tempo não esteja estável, e

no nosso país o clima é imprevisível, leve uma capa de chuva;

- Para não se cansar, use uma mochila pequena, leve e prática.

Durante o festival há que ter em atenção também alguns detalhes, como por exemplo:

- Chegar cedo para garantir um bom lugar e conseguir explorar o local com tranquilidade;
- Caso haja mais atrações para além dos concertos, planeie bem o seu dia para não perder nenhuma atividade;
- Tenha atenção ao seus pertences, nestes locais é fácil ficar distraído e perder coisas;
- Faça pausas, sente-se e descanse um pouco antes dos concertos para poder aproveitar ao máximo.

BEM-ESTAR MENTAL TAMBÉM
É IMPORTANTE NO VERÃO

Todos se lembram de trabalhar o corpo, para estar em forma durante a época do calor, mas não devemos esquecer a mente. Esta estação do ano é vibrante e exige de todos mais energia. Festas, férias, praia, piscina; o verão é um reboiço bom, mas para estar bem mentalmente é preciso cuidar da mente.

Ficam aqui algumas práticas que pode estabelecer e fazer para manter a mente saudável.

- Contacto com a natureza: Aproveite o clima agradável para meditar ao ar livre. Encontre um local tranquilo, como um parque ou a praia, e pratique técnicas de respiração e meditação guiada.

- Caminhadas Conscientes: Caminhar é uma excelente forma de exercício e, quando feita de forma consciente, pode ser uma prática de mindfulness. Concentre-se nos sons, cheiros e vistas ao seu redor.

- Descanse e carregue energias: Se possível, tire férias para se afastar do trabalho e das responsabilidades diárias. Use esse tempo para relaxar, explorar novos

lugares e dedicar-se a atividades que por norma não faz;

- Faça algumas sestas: O calor pode ser cansativo, então tire sestas curtas durante o dia. Ajuda a carregar as baterias;

- Aproveite o ar livre: Prepare piqueniques, churrascos e outras atividades ao ar livre com amigos e familiares. A socialização é fundamental para a saúde mental, e o verão oferece a oportunidade perfeita para encontros em ambientes abertos.

- Participe em eventos comunitários: Aproveite os eventos locais, como feiras, festivais e aulas de ioga ao ar livre.

- É hora de explorar novas paixões: O verão é um ótimo momento para se dedicar a novos hobbies. Pintura, fotografia, jardinagem e escrita são formas de expressão criativa e uma forma de se desconectar e relaxar.

- Rotinas de Exercícios Leves: Mantenha uma rotina de exercícios mesmo nos dias mais quentes. Ioga e pilates são ótimas opções que podem ser feitas em ambientes internos e externos.

